



N.E.W. Fight Club

[Kennenlernen] | **[WUP]** | [Kooperation] | [Reflexion] | [Vertrauen] | [Persönlichkeit] | **[Aggression]**
[Erlebnispädagogik] | [Natur] | [CityBound] | [Kommunikation] | [FUN] |

Kurzbeschreibung: Hitziges schnelles intensives WarmUp

Material

- keins -

Safety

- keine -

Und so geht's:

Immer zwei TNInnen stehen sich gegenüber. Es wird rhythmisch gleichzeitig mit beiden Händen auf die eigenen Schenkel geklopft. Dann macht jede(r) TNIn eine der folgenden Bewegungen: Hände nach links über die linke Schulter, nach rechts über die rechte Schulter oder nach oben (Daumen gehen am Ohr vorbei). Das Schenkelklopfen erfolgt immer synchron, die Bewegung der Arme nach links/rechts/oben auch, wobei jeder TNIn frei ist zu tun was er/sie will. Machen beiden TNInnen die gleiche Bewegung muss im nächsten Schritt nach dem nächsten Schenkelklopfen beidhändig abgeklatst werden.

Schöne Variante hier: Es werden keine Punkte gezählt, sondern bei Fehlern wird gemeinsam gefeiert und gelacht, und wenn wird einfach weiter gespielt...

Macht auf jeden Fall fette blaue Flecke auf den Schenkeln...:-)

