

# Spiele für fitte Erwachsene 60+ – Zum Ausklang: Mensch zu Mensch

Die Teilnehmenden begegnen einander durch Berührung, üben sich in Geschicklichkeit, Balance und schneller Reaktion.

Alle stehen einander paarweise gegenüber. Ein einzelner Teilnehmender gibt Kommandos wie: «Knie an Hüfte, Ellbogen an Finger, Rücken an Rücken usw.», die von den Paaren ausgeführt werden, z. B. Knie von Teilnehmendem 1 zu Hüfte von 2.

Wenn das Kommando «Mensch zu Mensch» ist, suchen sich alle einen neuen Partner, auch jener, der das Kommando gegeben hat.

Wer keinen Partner gefunden hat, sagt nun weiter, welche Körperteile zusammengeführt werden.



---

Quelle: Barbara Vanza, Erika Tschumi, Sonja Werz (Pro Senectute)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**