

Spiele für fitte Erwachsene 60+ – Einleitung: Neue Häuser bauen

Die Teilnehmenden nehmen miteinander Kontakt auf und üben Reaktion und Orientierung im Raum.

Die Teilnehmenden bilden Dreiergruppen. Je zwei Personen stehen einander gegenüber. Die Handflächen berühren sich in der Hochhalte. Sie bilden das Haus. Der dritte Teilnehmende steht in der Mitte und schaut aus dem Haus. Die Rollen, bzw. die Kommandos heissen:

- Bewohner (jener in der Mitte)
- Rechte Wand (jener rechts des Bewohners)
- Wand (jener links des Bewohners)

Ein übrig gebliebener Teilnehmer gibt das Kommando, z. B. «rechte Wand». Alle Teilnehmenden, die in dieser Position stehen, verlassen ihren Platz und ergänzen eine neue Zweiergruppe.

Wer übrig bleibt, gibt ein neues Kommando. Wird «neue Häuser bauen» gerufen, müssen alle ihr Haus verlassen und neue Dreiergruppen bilden.



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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO