

# Spiele für fitte Erwachsene 60+ – Hauptteil: Versteinert

Die Teilnehmenden trainieren Ausdauer und üben sich im Kopieren von Positionen und in Gedächtnisarbeit bei den Variationen.

Zu Beginn des Spiels werden je nach Gruppengrösse zwei bis vier Fänger bestimmt, die gekennzeichnet werden. Alle bewegen sich frei im Raum. Wird jemand von einem Fänger berührt, bleibt der Gefangene wie versteinert stehen.

Dieser kann von einem Mitspieler befreit werden, indem der Mitspieler die Position des Versteinerten für einige Sekunden einnimmt. Während dieser Zeit können diese Versteinerungen nicht gefangen werden. Danach sind beide wieder frei.



## Variationen

- La «Der Versteinerte kann befreit werden, indem er eine Frage beantwortet, die ihm von einem Mitspieler gestellt wird.
- Zum Erlösen braucht es einen freien Mitspieler, der mit dem Gefangenen zusammen ein Klatschspiel macht, z. B. auf die eigenen Knie, gekreuzt auf die Schultern, in die eigenen Hände und in die des Partners klatschen.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO