

Spiele für fitte Erwachsene 60+ – Hauptteil: Zurufspiel

Das Spiel erfordert viel Konzentration. Das Reagieren und Differenzieren, sowie das Ballgefühl werden ebenfalls geübt.

Alle stellen sich im Stirnkreis auf. Der Spielleiter wirft den Ball z. B. Otto zu und ruft dabei den Namen desjenigen (z. B. Max), der den Ball dann von Otto erhalten soll.

Otto wirft den Ball Max und ruft dabei «Lina». Max wirft den Ball Lina zu und ruft «Erika», usw.

Bemerkung: Es kann auch im Sitzen gespielt werden.



Material: Ein weicher Ball

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO