Raumwahrnehmung: Du entscheidest

Diese Übung spricht insbesondere den Tastsinn an. Eine Person muss sich den Berührungen einer anderen Person entsprechend fortbewegen.

In Zweiergruppen: Die erste Person schliesst die Augen und bleibt stehen. Die zweite Person steht hinter der ersten und legt dieser die flache Hand auf den Rücken.

Mit entsprechendem Druck durch diese Hand wird die erste Person gehend oder laufend geführt.

.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO