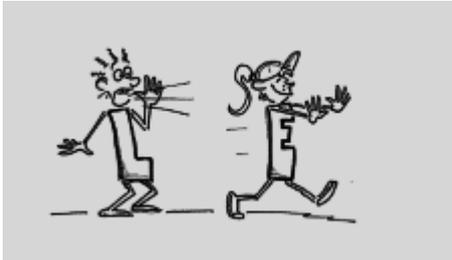


# Raumwahrnehmung: Hör auf mich!

Während dieser Übung folgt eine Person den akustischen Signalen einer anderen Person während sie geht oder läuft. Damit wird der Hörsinn besonders geschult.



In Zweiergruppen: Die erste Person schliesst die Augen und geht geradeaus. Die zweite Person steht etwa zehn Meter vor der ersten und führt diese mit einfachen Signalen zur Richtungsänderung.

## Variationen

### schwieriger

- Kommandierende Person verändert die Position
- Mehrere kommandierende Personen



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**