

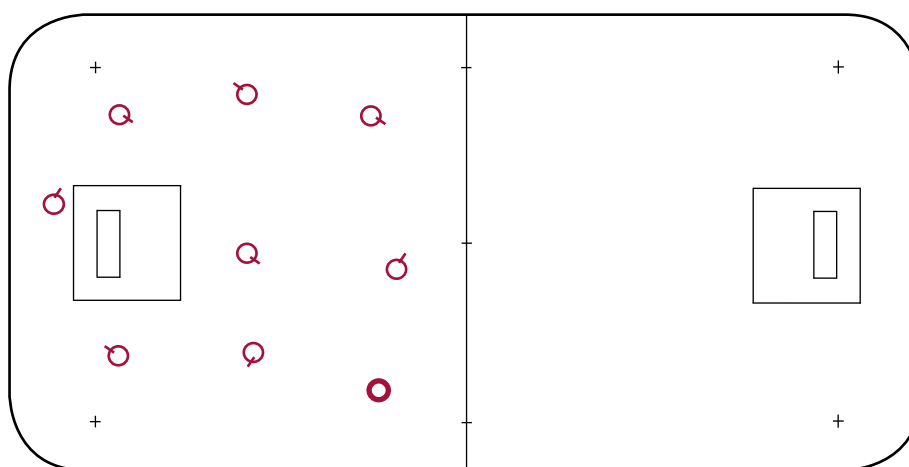


Aufwärmen     Hauptteil     Spielteil

## BÄNDELI-FANGIS

### Thema/Ziel der Übung:

- > Aufwärmen
- > Zweikämpfe suchen (Fänger) oder vermeiden (Gejagte)
- > Reaktions-/Aktionsschnelligkeit
- > Spielform



### ABLAUF

Alle Kinder haben ein Bündeli (Spielband), welches sie sich so in die Hose stecken, dass es noch ca. 20cm herauschaut.

Die Kinder versuchen nun gegenseitig möglichst viele Bündeli zu ergattern, ohne ihr eigenes zu verlieren. Wer hat am Schluss am meisten Bündeli gesammelt?

### VARIATION

- > Raum eingrenzen
- > 2 Bündeli pro Spieler

### TIPS UND KORREKTUREN

Wer sein Bündeli verliert und keines mehr hat, muss eine Zusatzaufgabe (Beispiel: 5 Stretksprünge) machen und kann sich danach beim Trainer ein neues abholen.