



Warm Up – Planeten kreisen

Ort	Großer Raum oder draußen
Schwerpunkt	Warm Up, Bewegung
Teilnehmendenzahl	Ab 10
Alter	Ab 10
Material	-
Vorbereitung	-
Beschreibung	Die Gruppe stellt sich im Kreis auf, jeder wählt im Geheimen eine Person im Kreis aus, am besten eine die nicht direkt links oder rechts steht. Dann geht es los, jede/r muss die sich gedachte Person dreimal umrunden. Wenn dies jemanden gelungen ist, geht er in die Hocke.
Anmerkung	Dies ist ein sehr kurzes, knackiges Warm Up Spiel mit systemischer Konsequenz. Sobald sich eine Person bewegt, hat dies Einfluss auf die Bewegungen aller anderen, deren Bewegungen Einfluss auf die Bewegungen der anderen, deren...
Variation	Verschiedene Arten des Umrundens: <ul style="list-style-type: none">- nur im oder gegen den Uhrzeigersinn umrunden erlaubt- jeder wählt zwei Personen im geheimen, die beide umrundet werden müssen Es ist auch möglich das Spiel in mehreren Levels zu spielen. Level 1 wie oben beschrieben, nur dass nach der Umrundung wieder der Platz im Kreis eingenommen wird. Level 2: man sucht sich im geheimen zwei Personen, die eine wird dreimal im, die andere zweimal gegen den Uhrzeigersinn umrundet. Level 3: man suchst sich zwei Personen, eine davon muss dem gleichen Geschlecht angehören und eine davon muss eine ähnliche Haarfarbe wie man selbst haben. Erstere wird einmal im und zweimal gegen den Uhrzeigersinn umrundet. Dann soll beide Personen jeweils abwechseln dreimal auf die Schulter geklopft werden. Für weitere oder andere Levels sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.
Quelle	In Anlehnung an Reiners, A. (2009): Praktische Erlebnispädagogik 2, S. 88