

Warming up

Seillaufen)

Ort

Auf einer Wiese oder in einer Turnhalle

Dauer

10 -15 Minuten

Eignung

Für Gruppen von 12 – 30 Personen ab 8 Jahren

Hilfsmittel

1 langes Seil

Beschreibung des Spiels

Das Seil wird wie beim Seilspringen geschwungen.

Die Aufgabe der Teilnehmer besteht darin, unter dem schwingenden Seil ohne Berührung durchzulaufen.

Variationen:

- Die Teilnehmer laufen in Gruppen (bis hin zur ganzen Gruppe).
- Die Teilnehmer laufen direkt nacheinander bei jeder Seilumdrehung.