



## BEWUSSTE HÖCKEINSTIEGE FÜR STARKE TEAMS WIR ALS TEAM – TEAMFÖRDERUNG IN 15 MINUTEN

### «Knäuel weitergeben»

Dieses Spiel eignet sich besonders, um vor oder während eines Höcks wieder etwas Energie zu tanken – es ist ein schnelles Spiel im Sitzen.

**Vorbereitung:** Alle Teilnehmenden sitzen im Kreis, eng beieinander. Entweder auf Stühlen oder im Schneidersitz, so dass sich die Knie berühren.

**Ablauf:** Die Knäuel starten an zwei verschiedenen Stellen im Kreis. Die Spielerinnen geben die Knäuel an eine Nachbarin weiter oder legen sie ihr in den Schoss. Die Knäuel dürfen dabei durchaus öfters die Richtung wechseln. Das Ziel ist, die Knäuel jeweils so schnell weiterzugeben, dass man nie beide gleichzeitig bekommt. Wer beide Knäuel auf einmal hat, scheidet aus, und der Kreis wird kleiner. Das Spiel ist zu Ende, wenn nur noch zwei Spieler übrig sind.

**Material:** zwei Knäuel (Schal, Schnur, Kappe oder ähnliches)