

## Ballonwettlauf



Bei diesem Spiel werden Luftballons benötigt, die aufgepustet werden müssen.

Dann wird ein kleiner Parcours durch die Wohnung gebaut. Dieser wird so absolviert, dass der Luftballon zwischen euren Körpern eingeklemmt wird, dabei müsst ihr darauf achten, dass der Ball nicht runterfällt.

Gestartet wird an der Wohnungstür.

Bevor Ihr loslauft, gibt es Varianten wie Ihr den Luftballon zum Ziel transportiert. Ihr könnt euch den Luftballon zwischen dem Bauch, den Po, den Händen oder den Knien klemmen. Dann lauft Ihr gemeinsam zur ersten Station:

1. Die besteht aus Stühlen, durch die Ihr gemeinsam Slalom laufen müsst.
2. Dann lauft Ihr zum Sofa, über das Ihr laufen müsst.
3. Als nächstes lauft Ihr zum Esstisch und müsst gemeinsam drunter durch krabbeln.
4. Zu guter Letzt hüpf Ihr gemeinsam auf einem Bein zum Ziel.

**Wichtig:** Wenn während des Parcours der Luftballon runterfällt, müsst Ihr zurück zum Start und neu starten.

Ihr könnt gerne den Parcours noch individuell gestalten und weitere Möbel mit einbauen.

Viel Spaß mit dem Spiel und bleibt weiterhin sportlich aktiv.

Euer Sportverein