

## Fit For Fun Run



Für dieses Spiel werden 6 Hütchen und 2 Würfel benötigt.  
Die Hütchen werden mit einer Entfernung von 5m zueinander aufgestellt.

Es werden zwei Teams gebildet. Die erste Person aus jedem Team würfelt. Wenn dann zum Beispiel eine 5 gewürfelt wird, läuft man zu dem 5 Hütchen und macht dort 5 Hampelmänner. Wenn man im Gegensatz dazu eine 1 würfelt, läuft man zum ersten Hütchen und macht einen Hampelmann. Dann läuft man wieder zum Start zurück und der nächste aus dem Team ist an der Reihe.

Die Fitnessübungen könnt Ihr variieren. Neben Hampelmännern könnt Ihr auch Kniebeugen oder Liegestütze machen.

Dieses Spiel kann beliebig lang gespielt werden.

Viel Spaß beim Auspowern!

Euer Sportverein