

Zeitungsbiathlon

Material:

Tennisbälle, Zeitungen, Hütchen

Organisation/Ablauf:

Zwei Personen stehen sich im Abstand von fünf bis sieben Metern gegenüber und versuchen, eine mittig zwischen ihnen liegende Zeitung mit einem Tennisball zu treffen (Bild 1). Trifft die erste Person, läuft sie zur Zeitung, faltet diese einmal. Anschließend laufen beide Personen eine Runde um das gesamte Spielfeld.

Trifft die erste Person die Zeitung nicht, laufen beide während ihrer Laufrunde in die Fitnesszone und machen dort drei Liegestütze (Bild 2). Nach jedem Versuch wechselt die Werferin bzw. der Werfer. Gewonnen hat das Team, das die Zeitung viermal gefaltet hat.

Variationen:

- Mehrere Durchgänge mit wechselnden Paaren spielen
- Verschiedene Bälle benutzen

