

# Twister



Schwierigkeit: Einfach



Dauer:

15 Min.



## Du brauchst:

- Eine Twister-Matte – oder ein Bettlaken auf dem du große Kreise festmachen kannst (Rot, Gelb, Grün und Blau)
- Eine Drehscheibe mit den Farben und Hand/Fuß Symbolen – du kannst auch Würfel nehmen wenn diese bunte Seiten haben
- Feste Unterlage

## Anleitung:

Twister bringt alle in Schwung und sorgt für jede Menge Lachen – mit Freunden oder deiner Familie! Breitete die Twister-Matte aus und los geht's mit dem kunterbunten Bewegungsspaß!

### 1. Schritt: Vorbereitung

Finde einen Ort, an dem du genug Platz zum Bewegen hast und breite die Twister-Matte aus. Geh sicher, dass der Boden nicht zu weich ist, damit du sicher stehen kannst. Hast du keine fertige Matte, kannst du auch große, bunte Kreise aus buntem Bastelkarton ausschneiden und auf ein großes Bettlaken kleben.

### 2. Schritt: Los geht's!

Wenn alle bereit sind, dann kann es losgehen! Dazu dreht ein Spieler an der Scheibe und sagt an, auf welche Farben man sich stellen soll. Zum Beispiel: „Linke Hand auf Rot!“ Hast du keine Drehscheibe, kannst du auch Würfel nehmen und vorher entscheiden, welche Zahl für Hand oder Fuß steht. Nun musst du deine Hand oder deinen Fuß auf die richtige Farbe legen. Pass aber auf, dass dein Körper nicht den Boden berührt, sonst bist du aus der Runde ausgeschieden.

# Twister



## 3. Schritt: Der Gewinner

Nun spielst du so lange, bis alle Spieler bis auf einen ausgeschieden sind! Gewonnen hat der Spieler, der noch alle Hände und Füße auf den richtigen Kreisen hat und mit seinem Körper nicht den Boden berührt!

