

Stühle kippen

✓ Checkliste

- **Personen**
5-20
- **Zeit**
10-15 Minuten
- **Material**
kein Material benötigt
- **Vorbereitung**
Stuhlkreis aufstellen

♥ So geht's

- Jede Person stellt sich hinter ihren Stuhl.
- Erklärt jetzt die folgende Übung.
- Ihr kippt den eigenen Stuhl so, dass er auf den zwei hinteren Beinen steht.
- Haltet eure Stühle dabei mit nur einer Hand fest.
- Eure Aufgabe ist nun, die Stühle gleichzeitig loszulassen und im Uhrzeigersinn einen Stuhl weiterzugehen – ohne, dass die Stühle umkippen!
- Dabei fangt ihr den nächsten Stuhl mit derselben Hand auf, mit der ihr auch euren Stuhl festgehalten habt.
- Wenn ihr eine ganze Runde geschafft habt, ist das Spiel beendet.



🔍 Das bringt's

- Diese Übung fördert eure Teamarbeit und Kommunikation.
- Ihr könnt mit Hilfe dieser Übung auch eure Geduld und Geschicklichkeit stärken.
- Sie verbessert außerdem eure Fähigkeit, gemeinsam Probleme zu lösen.

+ Mehr davon

- Setzt ein Zeitlimit und erhöht so die Spannung.
- Vergrößert den Stuhlkreis und erhöht so die Schwierigkeit.
- Spielt das Spiel, ohne euch mit Worten zu verständigen.