

## (Erlebnispädagogische) Übungen mit Abstand

### Kennenlernen/WarmUp

- **Mein Name, mein Programm:**  
Alle TN werden eingeladen auf ein Blatt den eigenen Namen zu schreiben, untereinander, in Blockbuchstaben, wie bei einem Kreuzworträtsel.  
Angeregt und angefangen durch die jeweiligen Buchstaben seines\*ihres Namens sucht jede\*r Worte oder kleine Wortgruppen, die etwas Typisches oder Charakteristisches über ihn\*sie aussagen. Diese Worte schreibt er\*sie waagrecht zu den jeweiligen Buchstaben. Beispiel: **E**cht sein, **G**rantig **O**der **N**ein zum Unsinn und Wahnsinn.  
Dann stellen die TN ihre Blätter der Gruppe vor und können die Wörter noch ausführen bzw. ihnen Gedankengänge hinzufügen.
- **Manager-Vip-Spiel:**  
Es werden Gruppen aus jeweils 3 TN gebildet. Diese erzählen sich untereinander so viel wie möglich von sich selbst. Im Anschluss werden zwei von ihnen zu Managern und eine\*r zum VIP. Der\*die VIP darf nichts sagen. Nur die Manager dürfen rede. Die Gruppe stellt nun Fragen an den\*die VIP über sein\*ihr Leben (Familie, Hobby, Tiere, Kinder Musik.....) und die Manager antworten. Wenn sie etwas nicht wissen, dürfen sie sich auch Antworten ausdenken.  
Im Anschluss wird gewechselt. Natürlich kann der VIP auch einige Antworten wieder richtig stellen, sollten die Manager da etwas durcheinander gebracht haben.
- **Datenkarussell:**  
Die Spielleitung benennt verschiedene Kriterien: z.B. Alter, Geburtsmonat, Schuhgröße, usw. Die TN sollen sich dementsprechend in einer Reihe sortieren.  
Variation: Dies kann auch ohne zu sprechen durchgeführt werden, um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen.
- **Kotzendes Känguruh:**  
Alle TN bilden einen Kreis. Ein\*e Freiwillige\*r steht in der Mitte. Da will er\*sie nicht bleiben. Er\*sie zeigt darum deutlich auf einen der Mitspieler\*innen und nennt eine der Spielfiguren. Die Figuren werden immer zu dritt ausgeführt. Die Person, auf die gezeigt wurde, stellt den Mittelteil der Figur dar. Spieler\*in links und Spieler\*in rechts ergänzen die "Performance". Macht eine\*r der drei Spieler\*innen bei der Darstellung der gewünschten Figur einen Fehler, muss er\*sie in die Mitte.  
HINWEIS: Der Abstand zwischen den TN muss gewährleistet bleiben, ggf. können neue Ideen gebildet werden, die mit Abstand zwischen den TN besser wirken.  
Beispiel - James Bond: James steht in der Mitte und macht ein sehr cooles Posing. TN Links und TN Rechts fallen vor ihm auf die Knie und seufzen hingerissen "Oh James!".
- **"Whiskeymixer":**  
Alle TN stellen sich im Kreis auf. Im Uhrzeigersinn wird das Wort "Whiskeymixer" möglichst schnell herum gegeben.  
Sagt TN "Messwechsel", wird die Richtung gewechselt und das Wort "Wachsmaske" wird entgegen dem Uhrzeigersinn weitergegeben.  
Das A und O des Spiels ist dabei Geschwindigkeit: Zögert TN oder fängt an zu lachen,



muss er\*sie einmal um den Kreis laufen. Die Spielleitung kann je nach Situation immer wieder neue Impulse in alle Richtungen starten. [mehr Impulse = mehr Verwirrung = mehr Spaß]

- Kreuzapotheke (Konzentrationsspiel):

Alle TN sitzen zusammen in einem Kreis. Die Spielleitung beginnt das Spiel mit „Ich kaufe mir in der Kreuzapotheke .... und ich bekomme es.“ Nun müssen alle TN der Reihe nach immer einen beliebigen Gegenstand oder ein beliebiges Medikament nennen und die Spielleitung entscheidet darüber „Du bekommst es.“ oder „Du bekommst es nicht.“

Dieses Spiel geht so lange, bis alle TN die Lösung des Spiels erraten haben oder die Motivation, diese herauszufinden stark sinkt.

Die Crux beim Einkauf in der Kreuzapotheke: Alle TN, die ihre Beine überschlagen oder überkreuzt haben, bekommen, was sie kaufen möchten. Wer anders sitzt, bekommt seine Gegenstände nicht.

- Hüpfrunde:

Die TN stellen sich in einen großen Kreis. Ein\*e TN beginnt und hüpft ein Mal hoch.

Nun muss der Reihe nach jede\*r einmal hoch springen. Sobald die Reihe wieder beim Start-TN angekommen ist, beginnt nahtlos die nächste Runde.

Jetzt müssen jedoch immer die nächsten zwei Personen gleichzeitig hüpfen (Blickkontakt ist sehr hilfreich). Auch dies setzt sich so lange fort, bis jede\*r TN einmal gehüpft ist. Wichtig ist, dass jede\*r einmal als Paar gesprungen ist.

Bei einer ungeraden Gruppe muss also der\*die erste TN ein zweites Mal in dieser Runde hüpfen. Die nächste Runde beginnt hinter dem TN der\*die als letztes im Paar gehüpft ist.

In der nächsten Runde hüpfen nun immer drei Personen. Sobald ein oder mehrere Personen zum falschen Zeitpunkt hüpfen, beginnt das Spiel von vorne.

Ziel ist es, dass am Ende alle TN gemeinsam hüpfen.

- Wer bin ich?

Für diese Übung ist es wichtig, dass die Namen aller TN allen bekannt sind oder zumindest jeweils der eigene Name sichtbar auf dem T-Shirt angebracht wurde. Alle Teilnehmenden erhalten zufällig einen Klebezettel mit einem Namen aus der Runde der Beteiligten und sie kleben sich diesen Zettel für alle anderen sichtbar, ohne ihn zu lesen, auf die Stirn. Nun müssen alle TN herausfinden welcher Name aus der Runde ihnen jeweils auf der Stirn klebt. Dafür müssen Fragen in die Runde gestellt werden, die nur mit ja oder nein beantwortet werden dürfen.

- Die TN stehen einander als Paare gegenüber und halten jeweils am Zeigefinger oder mit der Handinnenfläche einen dünnen Stock (mind. 1,20m) am leicht gebeugten Arm (dadurch 1,5m Abstand); sie führen einander und bewegen sich dabei durch den Raum – die Rollen können getauscht werden.

## Gruppenübungen

(einige der Übungen stammen von [https://teo.nordkirche.de/fileadmin/user\\_upload/hauptbereich1/TEO/Korr\\_TEO-Praxis-Endfassung-Publisher.pdf](https://teo.nordkirche.de/fileadmin/user_upload/hauptbereich1/TEO/Korr_TEO-Praxis-Endfassung-Publisher.pdf))

- **Stargate**  
Zwei TN halten ein Seil und bringen es zum Schwingen in Kreisen (quasi wie beim Springseil nur eben viel größer). Die (Klein-)Gruppe muss nun von der einen Seite auf die andere Seite kommen, ohne dass das Seil in seiner Bewegung gestört wird.  
Variante zur Erschwernis: Die Gruppe muss mit jeder Umdrehung des Seils eine Person durchlassen, es darf keine „Leerläufe“ geben.
- **Verborgene Pfade**  
Es existieren vorbereitete Felder aus Pappe/Teppichfliesen, die zu einem Quadrat zusammengelegt werden (also z.B. 6x6 oder 8x8 Felder). Unter den Feldern sind jeweils Markierungen, die den richtigen Weg deutlich machen, denn nur auf diesen markierten Feldern darf man weitergehen.  
Die Gruppe muss nun von der einen Seite auf die gegenüberliegende gelangen. Dazu stellt sie sich in einer Reihenfolge auf – die bis zum Ende des Spiels möglichst unverändert bleibt. Nacheinander nimmt nun jemand ein Feld auf, schaut nach der Markierung und legt das Feld wieder mit der Markierung nach unten an seinen Platz (ordentlich zurück). Ist diese gegeben, dann darf er\*sie dieses Feld betreten und dann rechts, links, diagonal jeweils rechts oder links oder direkt vor sich EIN nächstes Feld aufdecken. Ist dieses wieder markiert, darf sie\*er auch darauf treten. Ist ein aufgenommenes Feld nicht markiert, geht er\*sie wieder zurück und stellt sich hinten an. Auf diese Weise entdecken die einzelnen TN den Weg auf die andere Seite, bis irgendwann die gesamte Gruppe auf der anderen Seite angekommen ist.  
Die Schwierigkeit besteht darin, dass die Gruppe nach Erläuterung der Aufgabe sich eine Taktik überlegen muss, wie alle TN auf die andere Seite gelangen, ohne dass die nach Start des Spiels noch miteinander reden.  
Diese Übung ist in etwas veränderter Form auch bekannt unter dem Namen „Minenfeld“. Dann sind die Felder in der Regel aufgemalt und die Spielleitung hat als einzige den Plan und sagt , ob das betretene Feld das richtige ist oder nicht.
- **Blind walk single**  
In einem (herausfordernden) Gelände ist ein Seil gespannt. Die TN sehen im optimalsten Fall lediglich den Start und ggf. noch das Ende. Sie lassen sich die Augen verbinden und gehen mit großem Abstand eine\*r nach dem\*der anderen an diesem Seil entlang.  
Dabei ist zur Unterstreichung der Übung Stille geboten. An den „gefährlichen“ Punkten können Teamer\*innen stehen und den TN behilflich sein.  
Die Auswertung kann über Fragen erfolgen wie: Wie war das für dich? Wie wichtig war dir das Seil? Wer ist in deinem Leben ein solches (Orientierungs- oder Halte-)Seil?
- **Blind walk double**  
Im Außen- oder Innenbereich ist ein Parcours gelegt von etwa einem guten Meter Breite, auf dem sich Hindernisse befinden, die nicht betreten/umgestoßen werden dürfen.

Die TN gehen jeweils zu zweit zusammen: eine\*r mit verbundenen Augen, die\*der andere sehend. Der\*die Sehende führt allein mit Worten die Person. Am Ende des Parcours, teilt der\*die Geführte mit, was konkret gut an der Führung durch die\*den andere\*n war. Dann werden die Rollen getauscht.

Variante: Im Innenbereich könnte auch der Parcours ohne erhöhte Hindernisse gelegt sein, so dass jede\*r allein mit verbundenen Augen durchgeht und mit den Zehenspitzen (ohne Schuhe!) tastet, wo der Weg entlang führt.

- Nummern aufreihen:

Es wird so gearbeitet, dass sowohl zwischen den Kleingruppen-TN als auch den verschiedenen Kleingruppen genügend Abstand möglich ist: Dann werden nummerierte Karten verdeckt an einer Stelle etwa 10 Meter entfernt von der Kleingruppe ausgelegt; diese Karten sollen in der richtigen Reihenfolge ABER VERDECKT abgelegt werden auf der Strecke zwischen der Gruppe und dem 10 Meter entfernten Kartenhaufen.

Ziel ist es, dass die TN einzeln zu dem Kartenhaufen laufen, eine Karte aufnehmen, die Zahl laut ihrer Gruppe zurufen und dann beim Zurückgehen zur Gruppe verdeckt so ablegen, dass am Ende die Karten aufgedeckt die richtige Reihenfolge beispielsweise von 1-20 ergeben.

Die Gruppe spricht sich bzgl. ihrer Strategie vor Start des Spiels ab.

- Codeknacker:

In einem Kreis liegen verdeckt nummerierte Karten. Die Gruppe steht außen herum in einem sicheren Abstand. Die Karten werden dann von der Leitung für einen kurzen Moment aufgedeckt, alle merken sich den jeweiligen Ort, wo welche Nummer liegt; dann werden die Karten wieder verdeckt. (Zum Auf- bzw. Zudecken der Karten stehen die TN jeweils mit dem Gesicht nach außen.) Die TN müssen nun die Karten in der richtigen Reihenfolge (z.B. 1-20) aufdecken.

- Etwas mit verbundenen Augen zusammenbauen

Die TN gehen paarweise zusammen. Ein\*e TN mit verbundenen Augen erhält z.B. ein Überraschungsei und die\*der andere erklärt, was zu tun ist, um den Inhalt zusammenzubauen.

Varianten: Da Überraschungseier auf viel Kunststoffmüll verbunden sind, kann man ggf. auch auf Lego, Holzbausteine oder so genannte Tangram-Karten zugreifen: alle erhalten dieselben Bausteine und eine Bauanleitung, der\*die Sehende erklärt dann der Person mit den verbundenen Augen, welche Steine er\*sie nehmen soll, um am Ende das entsprechende Bauwerk zusammenzubauen.

Alternativ können auch die TN, bevor ihnen die Augen verbunden werden, ein gewisses Zeitkontingent lang den Bauplan anschauen. Dann werden ihnen die Augen verbunden und erst dann erhalten sie das Baumaterial.

- Rohes Ei einpacken mit Naturmaterialien

Die TN werden in Kleingruppen auf einen Weg in der Natur gesandt, auf dem sie ein rohes Ei mitführen, das sie unterwegs mit in der Natur vorkommenden Materialien so einpacken sollen, dass es am Ende, wenn alle Kleingruppen zurück sind, aus einer bestimmten Höhe fallen gelassen werden kann, ohne dass es kaputt geht.

- **Kommunikationsübung mit Smilies:**  
Die TN gehen in Partner\*innenarbeit zusammen und sitzen Rücken an Rücken. Beide haben ein Papier mit denselben geometrischen Formen an denselben Stellen. Bei einer der beiden Personen sind jedoch Smilies eingezeichnet, die bei der anderen fehlen. Diese erklärt nun der anderen, wo sie die Smilies einzeichnen soll.  
Die Auswertung erfolgt am Ende zum Thema „Kommunikation“: Was ist wichtig gewesen, um miteinander diese Übung gut zu bestreiten?
- **Handtuchvolleyball:**  
Die Gruppe wird in zwei Mannschaften geteilt. In jeder Mannschaft bilden sich Paare, die jeweils ein großes Tuch (mind. 1,5m Länge) erhalten; ausschließlich mit ihm wird der Ball berührt – es wird wie Volleyball gespielt. **ACHTUNG** Abstandsregelungen für gemeinsamen Sport beachten!!!
- **Fledermaus**  
Eine Person, die sich freiwillig gemeldet hat, lässt sich die Augen verbinden und ist nun blind. Die anderen TN der Gruppe bilden nun ein Spalier (paarweise mit einigem Abstand zu einander und bilden einen beliebig geschwungenen Korridor). Die Aufgabe der Person mit den verbundenen Augen ist es durch den Korridor zu gehen, während sie sich mit ihrem Gehör wie eine Fledermaus orientiert. Die Aufgabe der anderen Teilnehmenden ist es dafür zu sorgen, dass der Person mit den verbundenen Augen nichts passiert und immer dann die eigenen Hände aneinander reiben, um Geräusche zur Orientierung und Leitung zu erzeugen, wenn die „Fledermaus“ in ihre Nähe kommt. Mit Hilfe der Geräusche der reibenden Hände soll die „Fledermaus“ letztendlich durch den Korridor geführt werden. Nachdem die Fledermaus durch den Korridor gefunden hat, können weitere Freiwillige, einzeln als Fledermaus jeweils durch ein neu gebildetes Spalier geleitet werden.  
Variante: Es werden ein bis drei Freiwilligen die Augen verbunden und sie stehen Rücken an Rücken in der Mitte eines Stehkreises aus den übrigen TN. Nun gehen die TN mit verbundenen Augen immer dorthin, von wo sie ihren Namen hören – bzw. anfangs einfach erstmal geradeaus.  
Aufgabe der Gruppe ist es, darauf zu achten, dass niemand der TN aus der Mitte aus dem Kreis herausläuft (daher müsste im Idealfall jemand von Gegenüber den Namen einer Person aus der Mitte rufen) bzw. dass nicht „blinde“ TN miteinander zusammenstoßen.
- **Worte puzzeln:**  
Alle TN haben ein Schild um den Hals gehängt, auf dem je Seite ein Buchstabe steht. Nun muss die Gruppe versuchen, so viele Worte wie möglich aus diesen Buchstaben zu puzzeln. Dabei dürfen entweder die Buchstaben der Vorder- oder die der Rückseite genutzt werden, aber nicht beide gleichzeitig beim selben Wort.
- **Puzzle – du bist einzigartig:**  
EINLEITUNG - Niemand kann seine Schritte teilen, und sie einem andern geben. Man muss nicht überall bleiben, man muss nicht immer gehen. Man kann nicht vor sich selber flüchten, man kann nur für sich selber stehen. Und sollte sich vor gar nichts fürchten, es gibt keinen Grund nicht nach vorne zu sehen. (Zitat aus Lied von XAVAS: „Schau nicht mehr zurück“) Jeder ist einmalig und unersetzbar, genauso wie ein kleines

Puzzleteil, welches genauso wichtig ist wie jedes andere. Auch wenn man sich besonders in unserem Alltag ganz klein vorkommt, ist es ganz gut sich ins Gedächtnis zu rufen, wie wichtig jeder Einzelne für unsere Gesellschaft ist.

**KURZGESCHICHTE** - Neulich sagte mir eine Bekannte: „ich weiß gar nicht, was das Leben für einen Sinn hat. Und noch viel weniger weiß ich, was ich hier soll. Wenn ich ein Goethe oder ein Einstein wäre... Aber mich zeichnen keine besonderen Begabungen aus. Ich bin in jeder Hinsicht ein reiner Durchschnittsmensch.“ „Hast Du schon einmal ein Puzzle gelegt?“, fragte ich zurück. Sie sah mich erstaunt an. „Ja klar, früher einmal 3000 Teile“, lachte sie. „Ist es da einmal vorgekommen, dass dir ein Puzzleteil verloren gegangen ist? „Ja, das ist mir einmal passiert. Ein blaues Stück fehlte, ein Teil vom Himmel. Alle sehen sie ähnlich aus und doch ist jedes anders. Ich habe gesucht und gesucht, selbst im Staubsauger, aber ich habe es nicht mehr gefunden. Zwei Wochen hatte ich an dem Puzzle gearbeitet, und dann war es nicht vollständig.“ „Nun stelle dir einmal vor, die ganze Welt mit allem Leben, das aus ihr hervorgeht, wäre ein Riesenpuzzle, zu dem jeder Mensch an seinem Platz dazu beiträgt, dass das Ganze sich zu einem vollkommenen Bild zusammenfügt. Dann würde, wenn es dich nicht gäbe, würde der Welt an einer Stelle etwas Wesentliches fehlen. Vielleicht ein Stück vom Himmel?!“

**IMPULS** - Zum Nachdenken und als Erinnerungsstück könnten Puzzleteile an die TN verteilt werden. Dazu Fragen mit auf den Weg gegeben werden wie: Wo finde ich Platz? Wo möchte ich meinen Platz einnehmen?

Die Botschaft, dass jeder Mensch einzigartig ist und einen wichtigen, unverwechselbaren Platz in der Welt einnimmt, steht hierbei im Mittelpunkt.

- Spinnennetz

Das Spinnennetz eignet sich vielfach in der bekannten Form nicht, weil dann TN z.B. durchgehoben/-getragen werden müssen. Es gibt das Spinnennetz aber auch als „Inklusionsnetz“ (<https://www.ziel-tools.de/produkt/inklusionsnetz/>), so dass die Gruppe außen steht und es um die Person herum aufhebt.

- Escape-Room

Escape-Rooms können so gestaltet werden, dass Abstands- und Hygieneregeln eingehalten werden können.

- Haus vom Nikolaus

Die TN erhalten ein offenes Seil und müssen daraus das Haus vom Nikolaus legen – dabei darf nur maximal an einer Seite das Seil doppelt liegen.

Variante: Das Seil ist verbunden und die TN müssen mit verbundenen Augen geometrische Figuren stellen. **ACHTUNG**, wenn sich die TN zu nahe kommen.

→ Vielleicht lassen sich Mundschutz und Handschuhe in die Spiele integrieren: „etwas ist so giftig, dass man es nicht mit bloßen Händen anfassen darf“ etc.

- Atomreaktor (z.T. vergleichbar Säuresee)

Ein großes Seil begrenzt den Reaktor, um den herum alle TN stehen. In der Mitte stehen ein Becher und eine Wasserflasche, aus der in den Becher eingegossen werden soll. Als einziges Hilfsmittel dient ein langes Seil, das als Länge mind. zweimal den Durchmesser des Reaktors hat.



- **Gefahrguttransport**  
Die TN halten eine große Plane. Auf dieser wird ein gefüllter Becher abgestellt (ggf. können weitere dazukommen während des Parcours). Mit dieser Plane gehen die TN nun einen bestimmten Weg ab: zwischen Hindernissen (Schaukel) hindurch oder über Bänke hinweg etc.. Dabei darf der Becherinhalt nicht vergossen werden.  
Variante: Die TN gehen paarweise zusammen und erhalten jeweils eine Holzleiste mit einer geraden Fläche, auf der ein Becher steht.

### Kreatives

- **Lebensbild/Glaubensbild**  
Arbeit mit Legematerialien zur eigenen Biografie oder zum eigenen Glauben (vgl. <https://www.material-michaeliskloster.de/materialien/kindergottesdienst/1018/spiritools-materialset-zur-arbeitshilfe-gottesbilder-ins-spiel-bringen>)
- **Lebensskulptur**  
Vergleichbar dem eben benannten kann auch mit Ton gearbeitet werden. Ggf. kann dies vorher mit einer Phantasiereise angeregt werden, so dass dann erst mit Ton etwas gestaltet wird.
- **Biografie-Collage**  
Die TN gestalten aus verschiedenen Materialien zur eigenen Biografie eine Collage.
- **Lebensfluss**  
Passend zum Bild des Lebensflusses malen die TN ihren Lebensweg mit Symbolen (möglichst ohne Zahlen und ohne Buchstaben daran zu schreiben).

Nach allen Kreativen Einheiten bietet sich „Galerierundgang“ an, bei dem – mal aufwändiger wie bei einer Vernissage mit Getränken und Knabberzeug und mal weniger aufwändig – die verschiedenen Objekte angeschaut und von anderen TN aus der Gruppe z.B. interpretiert werden.

Bei der Interpretation durch andere ist wichtig anzusagen, dass es nicht um „richtig oder falsch“ geht, sondern um die Erweiterung des Blickwinkels durch andere TN. Das bedeutet, dass jede\*r Gestalter\*in am Ende nur das für sich mitnimmt aus den Interpretationen, was er\*sie für sich mitnehmen möchte.

- **Befindlichkeits-Triptychon**  
Es werden z.B. 3 weiße Postkarten bemalt, auf der Gefühle zu drei Fragestellungen mit Farben ausgedrückt werden: 1. So fühle ich mich persönlich...! 2. So fühle ich mich in der Klasse...! 3. So stelle ich mir meine Zukunft vor...!  
Variante: Man kann auch auf möglichst dickem Papier in A3-Größe nacheinander auf demselben Papier (ohne das vorher anzusagen) zu drei Fragestellungen malen lassen: 1. Das macht mich persönlich aus. 2. Das möchte ich aus mir heraus noch entwickeln/verbessern – darin stärker werden. 3. So wünsche ich mir mein Leben in einem Jahr.
- **Arbeit mit dem Handy:** Suche einen Ort, der dir entspricht. Fotografiere ihn / lass dich an diesem Ort in der richtigen Pose fotografieren; hinterher erfolgt eine Ausstellung dazu und jede\*r erklärt das eigene Bild.



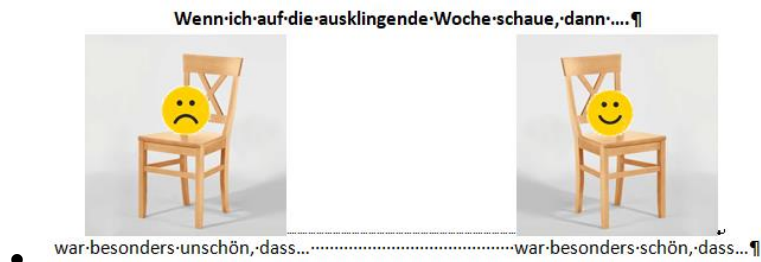
## Reden/Schreiben

- „Selbst- und Fremdwahrnehmung“

Es existieren vorbereitete Bögen mit Aussagen, wo die TN sich selbst einschätzen. Mit einer\* einem anderen TN oder zweien tauschen sie sich über diese Einschätzung aus entweder, indem sie darüber sprechen, oder indem der\*die andere/die anderen dieselben Aussagen verdeckt von denen der\*des TN ebenfalls bewerten und dann die Unterschiede besprochen werden.

- Aufstellungsarbeit

Zum Beispiel mit zwei Stühlen können konträre Sichtweisen/Gefühle dargestellt bzw. Aussagen getroffen werden:



- Gemeinsam ein Mandala legen, indem jede\*r vier seiner\*ihrer Meinung nach zusammengehörige Gegenstände in einer bestimmten Zeit in den Gruppenraum holt. Dann wird in Stille ein Mandala gelegt (nacheinander legen alle – getrennt durch den Ton der Klangschale – ihr vier Gegenstände im Mandala ab). Das entstandene Mandala kann entweder ganz offen reflektiert werden (Was spricht mich an/stößt mich ab?) oder unter einem Fokus (Wenn das ein Bild für unsere Gruppe wäre: was sagt es über die Gruppe aus? wo verorte ich mich darin?)

### **Weitere Hinweise:**

→ Achtung: Die Hygienregelungen ändern sich schnell und sind in den Bundesländern unterschiedlich (z.T. sogar in den Kreisen). Bitte jeweils die aktuelle Version beachten!!!

→ offen ist die Frage, ob mit Mund-Nasen-Bedeckung und Handschuhen die Abstände verändert werden dürfen.

→ Ggf. müssen zusätzliche Teamer\*innen ausgebildet/nachgeschult werden betreffs der neuen Übungen oder der besonderen Bedingungen

→ Verantwortung in der Gruppe: Der Gruppe werden vorher die Verhaltensregeln mitgeteilt: Abstand, ggf. Mundschutz, Örtlichkeiten zum Desinfizieren der Hände etc. Dann werden alle gebeten, mit darauf zu achten, dass diese eingehalten werden.

→ Ggf. muss mit der Gruppe besprochen werden, wie mit Gegenständen umgegangen wird, die alle berühren, bzw. welche zusätzlichen Verhaltensmaßnahmen dann geboten sind.