

KANU Spiele



Dieter Singer, Klaus Mumm

Für Kanulehrer,
Pädagogen und alle, die
Freude am Spielen haben.

KANUSPIELE

Für Kajak und Canadier



- Autoren: Dieter Singer & Klaus Mumm
- witzige Illustrationen von Klaus Mumm
- 110 Seiten
- Format: 12,5 x 18,5 cm
- Spiralbindung mit Umschlag

Für Kanulehrer, Pädagogen, Referenten in der
Erwachsenenbildung, Veranstalter von Incentives
und alle, die Freude am Spielen haben

- Große Spielesammlung rund um das Thema Kanu
- Anleitungen, Tipps und Varianten
- Sicherheitshinweise
- Für Anfänger und Fortgeschrittene
- Für Kinder und Erwachsene
- Praktische Ringbindung mit Umschlag
- Handliches Format

Beispielseiten

ROPE SKIPPING

Material Wurf sack
Spieler 10 Spieler, dann
in 2 Gruppen
Zeit 10-15 Minuten
Gelände ebenes Gelände
Effekt Aufwärmen,
Kommunikation

Der Wurf sack ist für dieses Spiel
ein ideales Gerät. Binde ihn an
einen Baum oder Mast etwa in
Brusthöhe fest oder suche Dir ein-
nen „Mitschwinger“ (ist einfacher).

Jetzt schwingst Du das Seil ge-
gen die Laufrichtung der Spieler.
Nun beginnt der Spaß: alle kö-
nnen hindurchlaufen, springen,
gemeinsam springen usw. Hier
gibt es unzählige Varianten. Lass
Deiner Kreativität freien Lauf und lass Dich überraschen, auf welche Ideen
die Spieler von selbst kommen.

Variante:
Für Fortgeschrittene können zwei Seile gleichzeitig geschwungen werden.

HELI JUMPING

Der Spielgedanke ist ähnlich wie bei Rope Skipping, nur wird das Seil wa-
gerecht, knapp über dem Boden, geschwungen. Zum Schwingen ist es ein-
facher, das Seil nach zu beschleunigen.

SCHILDKRÖTE

Material Kajaks
Alter ab 12 Jahren
Gelände weiches Gelände
Effekt Bootsgefühl & Aufwärmen



Alle haben ihre Boote gut eingestellt und gefittet. Jetzt kommt der große
Test: passt es wirklich? Hierzu sitzt jeder in seinem Boot mit genügend Platz
um sich herum. Mit Schwung und ohne Paddel versuchst Du jetzt mit dem
Körper unter das Boot zu kommen, so dass Du auf Deine Unterarme ge-
stützt, zum Stehen kommst.



Variante: In den Handstand gehen. In dieser Position fortbewegen.

TROCKENROLLE

Material Kajaks
Alter ab 12 Jahren
Zeit 5 Minuten
Gelände weiches Gelände
Effekt Bootsgefühl, Aufwärmen



Ähnlich wie die Schildkröte, nur versuchst Du nicht auf den Ellbogen zum
Stehen zu kommen, sondern rollst über die Schulter einfach auf die andere
Seite durch.

Aufwärmspiele an Land 23

KALIMERO

Material Helm
Spieler ab 5 Spieler
Alter ab 8 Jahren
Zeit 10-20 Minuten
Gelände ebenes Gelände
Effekt Aufwärmen

Kalimero ist ein klassisches
Fangspiel. Wer erwischt
wird, muss versteinert ste-
hen bleiben. Wird ihm der Helm auf-
gesetzt, ist er wieder befreit. Der Helm darf
zwischen den Spielern zugeworfen wer-
den. Die Versteinerten dürfen sich erst
dann bewegen, wenn ihnen der Helm
aufgesetzt wurde. Ziel der Fänger ist es,
alle zu versteinern und so in den Besitz des Helms zu kommen.

Varianten: Je mehr Spieler, desto mehr Fänger. Auch im Boot möglich.



RUSSIAN DANCE

Spieler ab 2 Spieler
Alter ab 8 Jahren
Zeit 5 Minuten
Effekt Aufwärmen (wenn's richtig
kalt ist), Kommunikation

So schnell ist es Dir noch nie
warm geworden! Zwei Spie-
ler stehen sich gegenüber.
Jetzt hüpfen beide, schlagen
die jeweils rechten Füße in
der Mitte zusammen und
zählen gleichzeitig – „und
eins“. Dann wieder Neustart, aber diesmal bis „zwei“. Bei „zwei“ werden die
linken Füße zusammengeschlagen. Wieder Neustart. So setzt sich das fort
bis „zehn“ und wieder zurück. Dabei zählen beide laut mit: „und eins und
zwei und drei und vier...“



Variante: Gleichzeitig analog mit den Händen.

Aufwärmspiele an Land 25

MÄUSE BEFREIEN

Eine Variante von Kalimero. Zum Befreien der Versteinerten müssen die noch
lebenden Spieler zwischen den Beinen der Versteinerten durchkriechen.

DUELL

Material zwei Boote, ein Seil
Spieler ab 2 Spieler
Alter ab 8 Jahren
Zeit 5 Minuten
Effekt persönl. Herausforderung

Zwei Boote werden im Abstand
von ca. 4 Metern nebeneinander
gelegt. Je ein Spieler steht auf
dem Heck oder Bug des Bootes.
Jeder Spieler hält ein Ende des
Seiles in der Hand. Der Rest liegt
zwischen ihnen. Auf Komman-
do holen beide Spieler das Seil
so schnell wie möglich ein. Ist es gespannt, versuchen sie sich gegenseitig
durch Ziehen oder Nachlassen aus dem Gleichge-
wicht zu bringen. Bei Canadiern sitzen die Spieler
auf Bug- oder Heckspitze mit den Füßen außerhalb
des Bootes, ohne dabei den Boden zu berühren.

Variante: Kann mit mehr Spielern schnell zu
einem kleinen Turnier ausgebaut werden.



24 Aufwärmspiele an Land

Warengruppe: 1 443

