



MATTENTUNNEL

Es wird immer enger, wohin das wohl führt?
Durch die Enge verliert man das Gefühl für die Größe des Raumes!

Legt auf mehrere kleine Kästen eine große Weichbodenmatte, so dass ein Tunnel entsteht, der zum Ende hin niedriger wird. Die glatte Seite der Matte sollte nach unten zeigen, dann kommt man besser durch den Tunnel. Achtet darauf, dass die Matte nicht von den Kästen rutschen kann. Der rote Faden sollte genau in der Mitte des Tunnels verlaufen.

Ihr könnt diese Station schwieriger gestalten, indem ihr den Tunnel mit einer zweiten Matte verlängert.

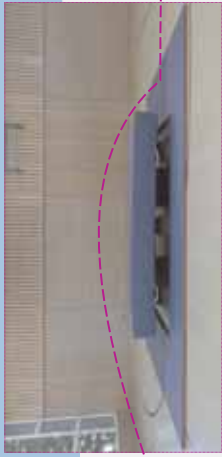
MATERIALIEN

Für den Parcours könnt ihr fast alles benutzen, was ihr in einer Turnhalle findet. Außerdem braucht ihr noch:

- eine reißfeste Schnur als „roten Faden“,
- Krepband zum Festmachen der Schnur, ausreichend Augenbinden,
- für ein intensiveres Erlebnis könnt ihr dezente Musik oder Geräusche einsetzen oder „Wind“ mithilfe eines Ventilators erzeugen.
- Gerüche eignen sich für enge Stationen.

SICHERHEITSHINWEISE

- Vermeidet gefährliche Situationen.
- Polstert alle Stationen gut ab.
- Bereut schwierige Stationen ständig.
- Sorgt für eine sichere Betreuung aller Teilnehmer/Innen.
- Weist die Teilnehmer/Innen genau ein.
- Achtet auf ausreichend Abstand zwischen den Teilnehmer/Innen.
- Passt den Parcours an Alter & Größe der Teilnehmer/Innen an.
- Überwindet Höhenunterschiede sanft.
- Durchläuft den Parcours vor der Eröffnung selbst.



MOORMATTE

Der Untergrund gibt nach. Das fordert „Krabbelhaftigkeit“.

Verteilt neun Medizinbälle gleichmäßig in einem Viereck auf dem Boden und legt eine Weichbodenmatte darauf. Rundherum müssen kleine Matten liegen, damit die Bälle nicht weg rollen und die Ränder der Moormatte abgesichert sind.



MATTENWIPPE

Der Punkt, an dem die Matte kippt, sorgt für einen besonderen Kick.

Platziert eine Bank mit der Sitzfläche nach unten quer zur Laufrichtung. Darüber legt ihr in Laufrichtung eine Weichbodenmatte. Verteilt rundherum kleine Matten, auch über die Bank!

Je nach Beschaffenheit der Matte erstrebt so eine Wippe oder ein Hügel. Baut die Wippe so auf, dass diese vor dem Betreten heruntergedrückt werden muss.



KASTENTREPP

Wenn man nicht weiß, was einen erwartet, wird sogar eine einfache Treppe zu einem echten Abenteuer, besonders wenn es nach unten geht.

Baut aus den oberen Elementen von drei großen Kästen eine Treppe. Die Teilnehmer/Innen überqueren die Treppe von oben nach unten.

Achtet darauf den roten Faden mittig an den Kastenteilen zu befestigen. Ausreichend kleine Matten rundum sind für die Sicherheit wichtig.

Veranstaltung
D&G Jugend
Im Wieserfeld 1-3
31149 Bad Niesdorf
Betreiber: 71401010

Finanzsponsoren
D&G Jugend
Im Wieserfeld 1-3
31149 Bad Niesdorf
Fax: 05233 955-300
Fax: 05233 955-339
www.dg-jugend.de



MATTENGASSE

Hier wird es eng... wie lang?

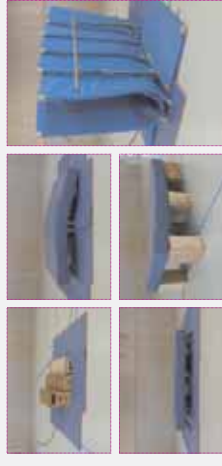
Baut mit Hilfe eines Barren und kleiner Matten eine enge Gasse. Polstert den Ein- und Ausgangsbereich sowie die Barrenfüße mit Matten aus. Befestigt z.B. mit Seilen an der Innenseite der Holme sich überlappende Matten. Die Gasse besteht somit nur aus Matten. Der Barren dient als Stütze und muss vollständig abgepolstert sein.

ANLEITUNG ERLEBNISPARCOURS

Unsere Sinne leisten uns so treue Dienste, dass wir sie normalerweise gar nicht bemerken. In diesem Parcours werden sie erfahrbar. Durch die verbundenen Augen ist der wichtigste Sinn ausgeschaltet: der Sehsinn. Wie ihr euch anders im Raum bewegt, wie ihr durch die anderen Sinne (Hören, Tasten, Riechen) wahrnehmt, was rundherum passiert – all das könnt ihr in dem Parcours erfahren. Auch, wie unterschiedlich ein Schritt oder ein Hindernis für jede/n Einzelne/n ist, wird euch auffallen, wenn ihr später darüber redet. Den Parcours könnt ihr an verschiedenen Orten bauen (Gruppenraum, draußen im Wald).

Unser Beispiel zeigt einige Stationen in einer Turnhalle. Lasst eurer Phantasie freien Lauf, beachtet die Sicherheitsweise und vor allem: Viel Spaß!

Die Teilnehmer/Innen haben die Augen verbunden und werden von einem „roten Faden“ durch den Parcours geführt. Für Sinneserlebnisse sorgen verschiedene Stationen, wie ihr sie hier seht; doch auch dazwischen können unterschiedliche Materialien im Weg liegen oder hängen. Um die Teilnehmer/Innen nicht zu stören oder zu verunsichern, sollten alle nur flüstern und nicht laut lachen. Am Ziel (z.B. Matte, Zelt, Höhle) könnt ihr die Teilnehmer/Innen mit einer Kleinigkeit belohnen. Danach darf sich jede/r einzeln den Parcours noch kurz anschauen und sich wundern, wo sie/er gerade war...!



ERLEBNISPARCOURS



Die einfache Anleitung für den dynamischen Erlebnisparcours.

aufbauen
aktiv sein
auswerten