

## Kartenspiel – Parcours 1

### Material

Kartenspiel, 5 große Kästen, 5 kleine Kästen, 20 Pylonen, 5 kleine blaue Matten (Liegestütz-Kreisel)

### Durchführung

4 Mannschaften stehen in Reihen hinter einer Startlinie. Der Spielleiter ruft „Los“ und dann läuft der Erste der jeweiligen Reihe los, durchläuft den Parcours und dreht eine Karte um. Jedes Team bekommt eine Kartensorte (Peak, Kreuz, Herz oder Karo) zugeschrieben. Jeder darf nur eine Karte umdrehen. Gehört die Karte zu der Kartensorte, die das Team sammeln soll, darf der Schüler diese Karte zur Gruppe hin mitnehmen. Dann läuft er zurück ohne dieses Mal den Parcours zu durchlaufen und übergibt an den Nächsten.

### Variationen

- 5-mal nacheinander über den Kasten springen;
- Liegestütze; Liegestütz-Kreisel Liegestütz-Kniehebe-Lauf;
- Rückwärts auf allen „Vieren“ durch Pylonen;

