




## Würfelspiel

| Würfelszahl   | Idee für einen Spieler                     | Ideen für zwei oder mehr Spieler   |
|---|--|--|
|    | <b>5 Liegestütze</b>                       | Ihr startet gegenüber. Bei den Liegestützen den Partner in die Hand klatschen, wenn ihr oben seid. |
|    | <b>20 Situps</b>                           | Ihr sitzt euch gegenüber. Beim Hochkommen klatscht ihr euch mit den Händen ab.                     |
|  | <b>10 Kniebeugen</b>                       | Um es schwieriger zu machen, harkst du dich bei einem Partner ein.                                 |
|  | <b>5 Hockstretksprünge</b>                 | Nachdem ihr Hochgesprungen seid, klatscht ihr dem Partner mit der Hand ab.                         |
|  | <b>10 Hampelmänner</b>                     | Hinter den Partner stellen und synchron die Hampelmänner machen.                                   |
|  | <b>Auf der Stelle 10 Sekunden Sprinten</b> | Dabei dem Partner die Hände geben und Blickkontakt halten.   |

Viel Spaß beim Ausprobieren!