



## Bodycheck

Eine Ladung Polster in ein großes T-Shirt gesteckt und schon kann's losgehen!

Damit es nicht zu wild und unorganisiert wird, **Regeln** einführen:

- Zeit - für die Kleineren z.B. ein Lied lang
- Was darf man, was ist verboten?
- Evtl. Begrenzungen auflegen/-stellen/-kleben



Foto aus einem Video von rollerkoller.org

### **Wenn es ein Kampf werden soll:**

- Was zählt als Punkt? (Z.B. an die Wand gedrängt zu werden)
- Geht der Kampf auf Zeit, auf Runden oder auf Punkte?
- Wie viele Runden oder Punkte?
- Wie viele Sekunden dauert eine Runde?
- Was gibt es als Preis?

### **Für Schulkinder:**

- Punkteliste führen (eine schöne Tabelle zeichnen und nach jeder Runde die Punkte eintragen)
- Für die Rechenkünstler - oder solche, die es noch werden wollen: pro K.O. 5 Punkte, für Wandberührung 3 Punkte etc. Dann muss auch noch gerechnet werden!
- Damit es noch schwieriger wird: Punkteabzüge z.B. 1 Punkt Abzug, wenn die Hände mitgeholfen haben, 5 Punkte Abzug für Fußtritt

Viel Spaß beim Austoben!