

Energizer Klatschen und Ducken

Mindestanzahl Personen: 4 -> je mehr desto besser

Dauer: ca. 5 bis 10 Minuten

Ablauf:

Alle Teilnehmer stellen sich in einem Kreis auf. Eine Person beginnt und klatscht 1x in die Hände. Dann klatscht der rechte Nachbar und der Impuls wird immer nach rechts weitergegeben (natürlich geht das Ganze auch nach links). Duckt sich eine Person wird sie übersprungen und der nächste muss klatschen. Klatscht eine Person 2x, wird die Richtung geändert.