

Extrem-Olympiade

(jeder Tn erhält vorab eine Karte mit der Teambezeichnung und der Disziplin, bei der er antreten muss) 4 Teams a 10 Leute

Leiter:

- Ø „Hier treten nur die Besten der Besten an!
- Ø Nach langen Ausscheidungswettkämpfen sind nur noch vier Teams geblieben, die sich heute hier im Stadion eingefunden haben, um das Land der absoluten Spitzensportler zu ermitteln.
- Ø Die Zeit ist reif und das Stadion bereits mit vielen sportbegeisterten Zuschauern gefüllt!“

Vorbereitung: Team finden und Namen geben

- Ø Zunächst müssen sich die Teams in der Menge wiederfinden: alle mit demselben Buchstaben gehören einem Team an!
- Ø Die Teams haben 5 Minuten Zeit, um sich auf einen Phantasienamen zu einigen, für welches Land sie antreten. Der Name muss dann den anderen vorgestellt werden.

(Namen werden auf vorbereiteter Flipchart notiert)

Disziplin	Aufgabe	Tn	Material
Speerwerfen (5 Min.) (2 Min.)	Mit Strohhalmen so weit wie möglich werfen (2 Versuche) Ø Siegerehrung!	Je 1 Tn pro Team	Ø 4 Strohhalme Ø Kreide für Linie und Markierung Ø 1.-4. Platz Medaillen
Einer-Bob (7 Min.) (2 Min.)	Versuchen, auf 2 Jutebeuteln (einer unter dem Po, einer unter den Füßen), eine Strecke zurückzulegen Ø Siegerehrung!	Je 1 Tn pro Team	(Voraussetzung: kein Teppichboden!) Ø 8 Jutebeutel Ø Kreide Ø 1.-4. Platz Medaillen
Eishockey (10 Min.) (2 Min.)	Ein Team versucht, mit einem Turnschuh in der Hand, einen Ball ins gegnerische Tor zu schießen A-B = 2Min. C-D = 2 Min. Um ersten Platz: Gew.-Gew. = 2 Min. Um den dritten Platz Verl.-Verl.= 2 min. Ø Siegerehrung!	Je 2 Tn pro Team	Ø 4 Turnschuhe Ø ein möglichst nicht hüpfender Ball Ø 4 Schuhe zur Tormarkierung Ø 1.-4. Platz Medaillen (doppelte Ausführung!)

Tiefstauchen (3 Min.) (2 Min.)	Ein Luftballon soll durch Aufblasen zum Platzen gebracht werden! Ø Siegerehrung!	Je 1 Tn pro Team	Ø 4 Luftballons Ø 1.-4. Platz Medaillen
Staffellauf (7 Min.) (2 Min.)	Tn müssen mit einem Buch auf dem Kopf einen TT-Ball auf einem kleinen Löffel balancierend eine Strecke zurücklegen und dann den Ball dem Partner übergeben Ø Siegerehrung!	Je 4 Tn pro Team	Ø 4 kleine Löffel Ø 4 TT-Bälle Ø 4 Bücher Ø Stuhl als Markierung zum Umrunden Ø Kreide zur Linienmarkierung Ø 1.-4. Platz Medaillen (vierfache Ausführung)
Diskuswerfen (5 Min.) (2 Min.)	Tn müssen einen Luftballon aufblasen (Team entscheidet, wie sehr) und dann versuchen, den Ballon so weit wie möglich zu „werfen“ (stoßen, schlagen etc.) (2 Versuche) Ø Siegerehrung!	1 Tn pro Team	Ø 4 Luftballons Ø Kreide zur Linienmarkierung Ø 1.-4. Platz Medaillen
Mannschaftsmarathon (5 Min.)	Tn müssen versuchen, eine Kordel durch ihre T-shirts /Pullover zu ziehen + so eine lange Kette bilden	Alle Tn	Ø 4 lange Kordeln

Diese Art der Olympiade eignet sich für die Abendgestaltung in großen Gruppenräumen. Die Anzahl der Tn kann variieren, allerdings sollten in jedem Fall genügend Helfer eingeteilt werden. Es bietet sich an, für die Siegerehrung Leute einzuspannen, die nicht die nächste Disziplin vorbereiten müssen, da es sonst zu Verzögerungen kommt.

Wir haben spontan eine Winterolympiade durchgeführt, mit folgenden Disziplinen:

- Strohalmweitwurf (Strohhalme wegen des Schnees anmalen, es bietet sich auch ein Maßband an, damit es zu eindeutigen Ergebnissen kommt)
- Dreierbob (drei Tn müssen auf Müllsäcken einen Abhang hinuntersausen)
- Eishockey mit zwei Tn (die anderen müssen sich als Absperrung um das Feld gruppieren)

- Tieftauchen (Vorsicht bei der Auswahl der Ballons! Manche wollen weniger gut platzen!)
- Staffellauf (die zu balancierenden Bücher sollten allerdings in Plastik eingewickelt werden)
- Mannschaftsmarathon (alle Tn einer Gruppe mussten sich eine Kordel durch die Jacken fädeln und danach eine bestimmte Strecke bewältigen. Leider lassen einige Jacken diese Durchfädeln aber nicht zu!)

Reflektierend kann ich zusätzlich den Tipp geben, dass die Disziplinen noch bewegungsintensiver sein können für eine Winterolympiade. Alle Tn einer Gruppe hätten einen 10er Bob fahren können und der Staffellauf hätte ohne Bücher auf dem Kopf besser Hindernisse beinhaltet.

Weitere Disziplinen:

Gruppenweitsprung (alle müssen 10 – 15 Meter als Gruppenleistung springen (schätzen), welche Gruppe am nächsten an der tatsächlichen 10m Marke ist, gewinnt).

Biathlon (Tn müssen einen Abhang hinunterrutschen und unten muss jeder einen Ball in einen Eimer werfen (bei Fehlwurf: Strafrunde etc.)

Auch Zandis Kartenstaffel könnte sich bei genügend Licht anbieten, allerdings ist das Kartenspiel danach wahrscheinlich nicht mehr zu gebrauchen.

Denkt auch an die Preise für die letzte Siegerehrung und an die Fackeln für die „Ausleuchtung“ des Stadions.

Ansonsten können auch Disziplinen aus anderen Sportarten herangezogen werden, Hauptsache, es dauert nicht zu lange und die Leute bewegen sich viel!

Silvie