

Ostereier Rallye

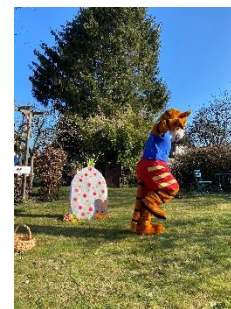
**Hoppel, Hoppel, Hoppel! Na, wer kommt denn da?
Zu Ostern besucht uns der Turntiger und unterstützt uns bei
der Ostereiersuche für unser Osternest.
Bist Du bereit, dieses Jahr den Osterhasen mit dem Turntiger
zu unterstützen? Dann leg mal los!**



Osterhasen-Sport

1. Hoppeln

Hallo kleiner Osterhase! Beweis deine Fähigkeiten und hopple 20 Meter mit beiden Beinen. Wenn das zu einfach ist, versuch es gern mal auf einem Bein! Hopp Hopp Hopp!



2. Osterei rollen (Baumstammrollen)

Ostereier rollen bekanntlich sehr gut. Kannst Du das auch? Leg Dich lang auf den Boden und dreh ein paar Runden in Baumstamm-Position. Leg Dich dabei lang auf Deinen Rücken auf den Boden. Streck Füße und Arme ganz lang. Versuch 5-mal Dich links- oder rechts-herum zu drehen.

3. Osterfitness-Übungen hintereinander

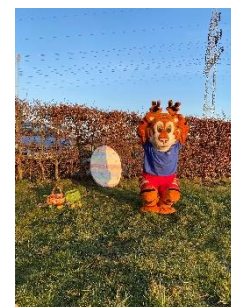
10-mal Osterhäschen (Hampelmänner mit Händen zu den Ohren wie ein Hase)
10-mal hoppeln
Schnell ein Osterversteck suchen, damit keiner Deine Ostereier findet (Versteck Dich selbst dabei hinter etwas z.B. einem Busch).



Kreatives Osterhasenprogramm

1. Osterhasenpose

Einmal so aussehen wie der Osterhase wäre ein Traum. Der Turntiger zeigt es Dir. Find eine eigene Osterhasenpose und halt sie mit der Kamera fest!



2. Handstand „Löcher schauen“

Der Osterhase sucht in jedem Erdloch nach Ostereiern. Schau auch mal nach, aber das geht am besten kopfüber. Falls Du noch nicht allein einen Handstand schaffst, suche Dir Hilfe!



3. Osterei ausmalen (ans Vereinsheim/-halle hängen)

Zeig wie kreativ Du bist und male Dein Osterei so aus, wie es Dir gefällt! Hopple dann zu Deinem Vereinsheim/-halle und häng es dort auf.



Mit der Osterfamilie

1. Klettern über Familienmitglied

Der Osterhase muss jedes Hindernis überwinden können, damit alle ein paar Ostereier in ihr Nest bekommen. Ein Familienmitglied muss sich auf den Boden hocken und Du versuchst darüber zu klettern. Du schaffst das!



2. Schubkarren Eier Slalom

Falls Du schon ein paar Ostereier gefunden hast, bau einen Slalom-Parcours daraus. Ab geht's in der Schubkarren-Position und drehe eine Runde um die Eier! (Liegestützposition und jemand nimmt die Füße in die Hand)



3. Eierlaufen

Falls Du schon ein paar Ostereier gefunden hast, balancier sie auf einem Löffel. Such Dir Deinen Start- und Endpunkt selbst!



Ostereier

1. Suchen mit den Füßen

Versuch mindestens ein Osterei mit den Füßen einzusammeln. Selbst der Turntiger schafft das. Du kannst das bestimmt sogar besser!



2. Rollen

Ostereier kullern super! Schau Dir an wie klasse der Turntiger „rollt“. Bei drei Oster-Purzelbäumen hast Du Dir ein Osterei verdient.

Hierbei kannst Du das Kullervideo vom Ei benutzen und am jeweiligen Ort Eier als Belohnung bereitlegen.

3. Weitwurf

Wirf Dein Osterei so weit, dass es niemand bei der Ostereisuche findet!



Viel Spaß und frohe Ostern!

Materialliste

1. Im Vorfeld kann ein Osternest gebastelt werden, hier ein Beispiel
<https://www.youtube.com/watch?v=YVrSyPArzTY>
2. Falls Du Ostereier schon im Vorfeld an verschiedenen Stationen platzieren willst, kannst Du an Vereinssportstätten oder markanten Punkten ein kleines „Ostereilager“ errichten. Ohne Betreuung der Station müssen die Orte natürlich kommuniziert werden.
3. Für die verschiedenen Stationen empfehlen sich folgende Materialien:

Osterei ausmalen: Malschablone oder Blatt Papier DIN A4 und Buntstifte
Eierlaufen: Esslöffel/Teelöffel und Mini Schokoladen Ei oder richtiges Ei
Weitwurf: Entweder mit einem gefundenen Ei oder mit einem Ball
4. Falls Die Osterei-Rallye digital gestützt stattfinden soll, muss ein Smartphone mit Internet, GPS, Mikrofon und Kamera vorhanden sein. Eine Offline Variante ist auch möglich, indem der Bound vorher gedownloaded wird.

Empfohlener Anbieter: <https://www.actionbound.com/>

Bitte darauf achten, dass die freie Version nur zum privaten Gebrauch genutzt werden darf. Falls Du als Verein den Mitgliedern eine spannende Rallye bieten willst, musst Du eine Lizenz erwerben: <https://www.actionbound.com/license/edu/1>

Für eine Kostenunterstützung kannst Du bei der Kinderturnstiftung Niedersachsen einen Antrag im Rahmen des Förderpogramms „Erlebnispfad“ stellen:
<https://www.kinderturnstiftung-nds.de/foerderung#FoerderprogrammErlebnis-Pfad>

Viel Spaß wünscht die NTJ und der Arbeitskreis Kinderturnen!