

Kurz erklärt: Das Band

Ein Teamspiel für 4–24 Personen auf einer freien Fläche (ca. 6 × 6 m).

Alle lehnen sich in ein gespanntes Band nach hinten und bilden einen Kreis, sodass das Gleichgewicht nur gemeinsam gehalten werden kann.

Wichtigste Aspekte:

- Zusammenarbeit und Vertrauen sind entscheidend
- Alle müssen sich gleichmäßig anlehnen
- Rücksicht aufeinander nehmen
- Wenn eine Person aus dem Gleichgewicht gerät, beeinflusst das die ganze Gruppe

Ziel: Teamgefühl stärken und gemeinsam Balance halten.

Das Band – ein kooperatives Spiel für starken Teamgeist

Für dieses Spiel braucht ihr eine freie Fläche von etwa 6 × 6 Metern sowie mindestens 4 bis maximal 24 Teilnehmende. Ziel ist es, den Zusammenhalt in der Gruppe zu stärken, das Gleichgewicht zu halten und aufeinander Rücksicht zu nehmen.

Zu Beginn stellen sich zwei Personen einander gegenüber und positionieren sich im Band. Sie lehnen sich vorsichtig nach hinten, sodass das Tuch vom Rücken bis zu den Schultern gespannt anliegt. Anschließend kommen nach und nach die weiteren Teammitglieder dazu und lehnen sich ebenfalls gleichmäßig nach hinten, bis alle stabil im Gleichgewicht sind.

Sobald alle im Kreis stehen und sich an das gespannte Band anlehnen, kann die Übung erweitert werden, indem sich die Gruppe gemeinsam hinsetzt. Dabei wird besonders deutlich, wie wichtig Vertrauen und Zusammenarbeit sind.

Das Spiel fördert die Teamfähigkeit, denn jede Person ist ein wichtiger Teil des Ganzen. Wenn sich jemand aus dem Kreis löst oder die Spannung verlässt, gerät das Gleichgewicht der gesamten Gruppe ins Wanken. Deshalb ist es entscheidend, dass alle aufmerksam bleiben und miteinander kooperieren.