

## „UNO“ in Bewegung

**Material:** Kartenspiel „UNO“

**Alter:** 4-99 Jahre

KreisSportBund  
Borken e.V.



**Beschreibung:** Vor Spielbeginn einigen sich alle Mitspieler auf jeweils einen Raum für jede der vier Farben, z.B.:

rot Küche  
blau Wohnzimmer  
grün Badezimmer  
gelb Schlafzimmer

Jeder Mitspieler zieht nacheinander einer Karte vom Stapel, die Farbe der Karte zeigt an, in welchen Raum er laufen muss. Es gibt noch einige Sonderkarten, für die Bewegungsideen gefunden werden müssen z.B.

+2 mit einem Mitspieler in den jeweiligen Raum laufen

+4 mit drei Mitspielern in den jeweiligen Raum laufen

Farbwahl der Mitspieler darf frei wählen in welchen Raum er läuft

Die Auswahl der Übungen kann ständig variiert werden.

Das Spiel kann bei schönem Wetter auch im Garten gespielt werden.

**Viel Spaß beim Ausprobieren!!!**