

TV LEMGO  
IDEEN-TRIO  
ZUM  
WOCHENENDE

ICH GEHE HEUT ZUM TURNEN...

WUTBALL

APFELTIRAMISU



# ICH GEHE HEUT ZUM TURNEN...

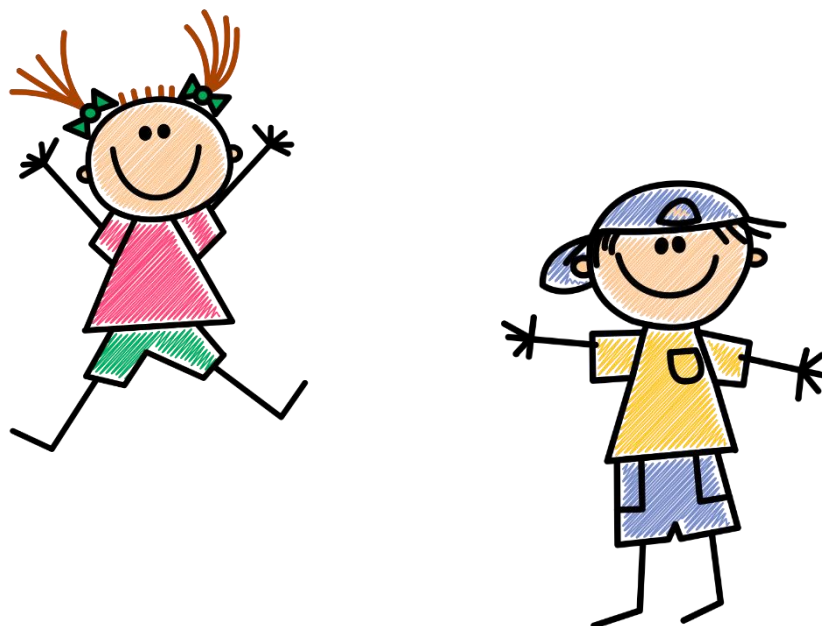
Material:

- nach Belieben

Anleitung:

Dieses Spiel könnt ihr ohne Material spielen. Wenn ihr mögt, könnt ihr natürlich einen Ball, ein Seil, ein Tuch oder ähnliches benutzen.

Die Spielidee ist die gleiche wie „Ich packe meinen Koffer“, nur in der Turn-Edition. Dazu sagt Spieler 1 „Ich gehe heute zum Turnen und...“ und sagt dann eine Übung, wie z.B. auf einem Bein stehen. Spieler 2 macht dann weiter und greift die erste Übung mit auf: „Ich gehe heute zum Turnen und stehe auf einem Bein UND springe 1x hoch“. Je nach Anzahl der Spieler ist nun wieder Spieler 1 dran oder ein weiterer Spieler. So geht es reihum, bis einer patzt. Dann beginnt die Runde von vorne.



# WUTBALL

## Material:

- 2 Luftballons in unterschiedlichen Farben
- wasserfeste Stifte oder Wackelaugen
- kleine Plastiktüte
- Schere
- Mehl
- Teelöffel
- Wolle



## Anleitung:

Schneide bei beiden Ballons die schmalen Enden ab. Fülle nun den Frühstücksbeutel mit Mehl. Du brauchst für einen „normalen“ Luftballon ca. 10 Löffel. Achte darauf, dass keine Luft mehr im Beutel ist und verdrehe und verknote dann das Ende und forme eine Kugel. Jetzt wird der Ballon über das Säckchen gestülpt und in Form gedrückt (das ist etwas schwieriger, seid geduldig). Der zweite Ballon wird nun von der anderen Seite drübergezogen.

Bringe den Ball noch einmal in Form. Nun kannst du ihn verzieren, indem du Wolle als Haare anklebst und Augen aufmalst oder klebst (du kannst auch Augen ausdrucken).

Jetzt kannst du immer, wenn du wütend bist, den Wutball einmal kräftig durchkneten. Schon ist die Wut verschwunden 😊

# APFELTIRAMISU

## Zutaten:

24 Löffelbiskuits

250 g Magerquark

250 g Naturjoghurt

2 Päckchen Vanillezucker

Zimt

Apfelmus

Apfelsaft

Kakaopulver und Apfelscheiben als Deko



## Zubereitung:

Nimm dir eine mittelgroße Auflaufform, wenn möglich aus Glas, denn darin sieht man später schön die einzelnen Schichten.

Verrühre den Quark mit dem Joghurt, einem halben TL Zimt (je nach Geschmack) und dem Vanillezucker zu einer lockeren Creme.

Fülle eine kleine Schüssel mit etwas Apfelsaft und tauche nun einzeln die Löffelbiskuits darin und belege damit den Boden der Form.

Verteile eine Schicht Apfelmus auf den Löffelbiskuits und gib dann eine Schicht Quarkcreme darauf. Anschließend gibst du wieder getränkte Löffelbiskuits, Apfelmus und wieder Quarkcreme darauf.

Decke deine Auflaufform nun ab und stelle das Apfel-Tiramisu für mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank.

Vor dem Servieren kannst du es mit Kakaopulver oder Zimt und frischen Apfelscheiben garnieren.