

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 51 (1994)

**Heft:** 6

**Artikel:** Abenteuer- und Geländespiele

**Autor:** Georg, Pascal

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993516>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Sport im Lager

# Abenteuer- und Geländespiele

Pascal Georg, J+S-Fachleiter W+G

**Spannende Abenteuerspiele führen in Lagern (unabhängig der Sportarten) zu tollen, sozial wertvollen Erlebnissen. Abenteuer- und Geländespiele werden vor allem von Jugendorganisationen mit viel Erfolg und Begeisterung gepflegt.**

Warum könnte nicht auch ein Juniorenteam einer Mannschaftssportart in ihrem Trainingslager zur Verbesserung des inneren Zusammenhalts oder einfach als Abwechslung im Lagerprogramm zu solchen spannenden, unerwarteten Formen greifen, eventuell sogar ein spezifisches Lager durchführen? Die amerikanische Volleyball-Olympiagoldmannschaft von Los Angeles ver-

brachte kurz vor den Olympischen Spielen ein mehrwöchiges Abenteuerlager im kanadischen Busch. Dies hatte anscheinend gewirkt!

## Spiele heisst erleben

Alle Kinder und Jugendlichen spielen gern. Denn spielen heisst erleben, heisst die Umwelt, insbesondere die

Natur, entdecken und begreifen. Spielen fördert darüber hinaus die kognitive, koordinative, emotionale und soziale Entwicklung. Dabei gibt es grosse Unterschiede, denn nicht jede Form des Spielens vermittelt dem Spielenden die gleichen Erlebnisse oder Fähigkeiten.

## Abenteuer machen stressresistent

Eine bestimmte Form des Erlebens sind Abenteuer. Sie umfassen, meist zeitlich gedrängt, einen Wechsel von Wahrnehmungen, gefährlicher und unbekannter Situationen sowie Handlungen unter starkem Druck mit der Notwendigkeit, sich rasch zu entscheiden. Ein erfolgreiches Bestehen von Abenteuern setzt voraus, dass man sich immer wieder darin übt, auch unter Stress zweckmässig und überlegt zu handeln. Ein positiver Ausgang fördert Können, entfaltet Kreativität und vermehrt das Selbstvertrauen.

## Natur erfahren und erleben

Beim Spielen in der Natur lassen sich grundsätzlich zwei Tätigkeiten unterscheiden. Einmal das kreative Bauen und Basteln (Pioniertechnik), zum zweiten das organisierte Spiel mit Wettkampf-Charakter. Beides kann in ein geplantes Abenteuer- und Geländespiel eingebaut werden. Wir sind aber nur Gäste der Mutter Natur und unser Bedürfnis – vor allem für Stadtmenschen – einmal nach Herzenslust zu toben, zu schleichen, zu schreien, zu bauen usw. erfordert einen überlegten und geplanten Umgang mit der Natur. Am besten geht es wohl, wenn wir uns unserer Rolle als Gäste in der «Sporthalle von Mutter Natur» bewusst sind und bestimmte Grundregeln einhalten.

## Eigeninitiative der Teilnehmer

Das Abenteuer, das Aufeinander-Angewiesen-Sein, die Möglichkeit, Mut zu zeigen, eine persönliche Leistung zu erbringen, miteinander weiterzuplanen, eine Lösung vorschlagen – diese Erlebnisse entstehen in der Gruppe, welche selbstständig handeln soll. Jedem Mitspieler müssen vorher das Ziel und die Regeln (einfach und nicht kompliziert!) klar sein, damit er entscheiden kann, wie weit er sich in eine bestimmte Situation vorwagen will.

Jeder möchte sich gerne bewähren, eine «Heldentat» vollbringen! So muss jedem Mitspieler eine angemessene Aufgabe gestellt werden: Auskundschaften, Schmuggeln, Überfall, usw.

## Fair zur Natur!

Jede sportliche Betätigung in der Natur verursacht eine Störung. Wenn folgende Spielregeln eingehalten werden, gewinnst Du Sportler für den Naturschutz!

- Meide bei Deinen Aktivitäten besonders störungsanfällige Gebiete. Respektiere Verbote und Gebote in Naturschutzgebieten.
- Wähle die Orte so, dass auch Spiele und «Austoben» an weniger störungsempfindlichen Stellen stattfinden können.
- Trage Sorge zu den Pflanzen. Verletze die Rinde von Bäumen nicht mit Nägeln oder Taschenmesser-Verzierungen. Reiss auch keine Äste ab.
- Lass die Tiere in Ruhe. Nimm Dir beim Beobachten Zeit. Ziehe dich zurück, wenn Du siehst, dass Du störst. Beobachte aus genügender Entfernung.
- Sei vorsichtig mit dem Feuer. Wirf keine brennenden Zündhölzer usw. weg. Lege keine neuen Feuerstellen an. Lösche jedes Feuer sorgfältig.
- Hinterlasse keine Abfälle.
- Pass auf wohin Du trittst. Wir gehen auf den Wegen, legen keine neuen Trampelpfade an.
- Lass den Lärm zu Hause. Für Naturbeobachtungen ist Ruhe ein absolutes Muss.



- Nimm auf die Bauern Rücksicht. Schliesse Zauntore wieder. Zerstöre keine Mauern und Zäune. Geh nicht durch hohes Gras oder bebautes Ackerland. Missbrauche Kühe nicht als Spielzeug.
- Benutze die öffentlichen Verkehrsmittel oder fahr Velo.
- Verwende keine giftigen oder umweltschädigenden Produkte. Verzichte auf Wegwerfartikel und auf Materialien, zu deren Herstellung viel Energie benötigt wird.



## Einkleidung und Thema des Abenteuerspiels

Die Bezeichnung der Parteien, deren «Uniform», Sprache, die Grundidee sollte mit einem Lagerthema in Einklang gebracht werden. Das Thema muss dann der Vorstellungswelt der Kinder – nicht der Leiter – entstammen. Zum Beispiel historische Einkleidungen (Römer, Indianer, Trapper, Ritter, Goldsucher, Wildwest, Expeditionen, Forscher, Entdecker), weniger die wohl aktuellen, aber fragwürdigen Themen wie Guerillas, Terroristen, Drogenhändler usw.

## Ein Nachtgeländespiel

Statt Disco, Ausgang oder Jassen, warum im Lager nicht einmal ein Nachtgeländespiel organisieren ums Lagerhaus oder im nahen Wald, wo man zum Beispiel mit der Taschenlampe dem Gegner

## Was ist Lagersport?



die vierstellige Nummer vom Rücken ablesen, Goldstücke schmuggeln kann oder den fairen Gummelikampf sucht (Gummeli am Oberarm abreissen).

Lager sind Abenteuer, denn neue, unbekannte Situationen erwarten das Kind bzw. den Jugendlichen. Der Leiter kann die Lust und den Drang nach Bewegung, Sport und Abenteuer gezielt auf einfache oder aufwendige Art und Weise befriedigen. In den J+S-Sportfächern Lagersport und auch Wandern+Geländesport nimmt das sportliche Spiel in und mit der Natur einen wichtigen Stellenwert ein. Haus- und Zeltlager bilden den Rahmen.

## Ein grosses Abenteuerspiel

Über mehrere Tage wird ein Spiel mit bestimmten festgelegten Schlaf-, Ess- oder Schleichzeiten zu einem intensiven Gruppenerlebnis, wenn die Gruppe auch noch mit Biwakieren, Abkochen und «Sich-in-der-Natur-Einrichten» beschäftigt ist. Dabei gilt ein grösseres Gelände als sinnvoll.

## Ein kleines Geländespiel

Zirka 2 Stunden zum Beispiel am Abend, dauert spannendes Spiel im Umkreis von zirka 400×400 m in einem kupierten Gelände oder ums Lagerhaus.

## Allgemeine Tips für Abenteuer- und Geländespiele

- Alle Geländespiele sollten in ein Thema verpackt sein!
- Wenige, einfache, klare Spielregeln mit klarem Spielausgang
- Spielfeldgrenzen genau bekannt geben
- Spielregeln dem Gelände und der Tageszeit anpassen
- Treffpunkt / Spielzentrum für Verirrte, Verletzte einrichten: Ort der Spielleitung!
- eindeutiges Schlusszeichen vor dem Spielbeginn abmachen

## Die Rolle des Spielleiters

Spiele werden oft von Leitern geplant, müssen aber teilnehmergeerecht sein. Der Spielleiter hat die Aufgabe, das Spiel am Leben zu erhalten, Pannen zu vermeiden und Leerläufe zu verunmöglichen. Er soll immer den Überblick über den Standort der Parteien haben (vor allem bei mehrtägigen Spielen). Dazu braucht es offizielle Begegnungen mit den Chefs aller Spielparteien. Es müssen Abmachungen für den Fall von Schwierig-



**Im sportlichen Gruppenerlebnis wird der Zusammenhalt gefördert!**



Name des Spiels	Spielidee
Räuber und Gendarmen	Gendarmen beschützen eine gebaute Festung und verhindern mit 3x Handschlag auf den Rücken (= Gefangennahme) das Eindringen der Räuber.
Nummernspiel	Es gilt, die drei- oder vierstellige, gut sichtbare Nummer auf dem Rücken des Gegners abzulesen.
Schnitzeljagd	Gruppe A legt eine Spur (inkl. Fehlsuren) und Gruppe B folgt mit Abstand und sucht Gruppe A am Ziel (versteckt).
Schmuggelspiele	Parteien schmuggeln von diversen Orten aus Ware an Zielorte, während die Gegner Schmuggelware beschlagnahmen, entdecken können (Warenlager!).
Anschleichen	Eine Gruppe versucht ein Ziel in einem Gebiet zu erreichen, das von andern bewacht wird.
Western-Telegraph	Telegraphenmasten (markierte Bäume im Wald) werden bewacht, weil sie von Angreifern gesprengt werden sollen (Abreißen der Markierung).
Pipeline	Ein bewachter Weg im Unterholz (Pipeline) soll beschädigt werden, indem zum Beispiel ein Papier auf dem Weg verbrannt werden soll.
Schatzsuche	Zwei Parteien suchen einen Schatz (Essen) mit Hilfe von Hinweisen (Kartenstücke, Botschaften).
Raketenbasis (Fahnenraub)	Versteckte, getarnte Raketenbasen (1.-August-Rakete) sollen gefunden werden, wobei jede Gruppe eine Basis hat und die gegnerische sucht, wobei die Rakete gezündet oder geklaut wird.
Wells Fargo	Eine wertvolle Fracht muss auf einem Weg transportiert werden und ein Überfall droht.
Geheimagent 007	Mikrofilme (Tischtennisbälle) sollen von Geheimagenten an verschiedene tote, geheime Briefkästen transportiert werden; die Abwehrspieler suchen diese.
Pfeifen-Signaljagd	Gruppe A flüchtet und pfeift regelmässig alle 2 Minuten mit einem Vorsprung von zirka 10 Minuten, Gruppe B folgt wie bei der Schnitzeljagd.
Scheren-Stein-Papier	Wenn 2 Gegenspieler einander im Spielgelände begegnen, zeigen sie ihren Pass: «Der Stein entschärft die Schere, die Schere zerschneidet das Papier und das Papier umwickelt den Stein.» Pass abgeben.



keiten getroffen werden (Sicherheitsdispositiv). Ein Nottelophon als Verbindungsmittel ermöglicht Dir, rasch zu reagieren.

#### Quellenangabe:

Gedicke S./Gams A.: Abenteuerspiele, Verl. Herder Freiburg 1990

Tester Urs: Natur als Erlebnis, Schweizerischer Bund für Naturschutz, Steudler Druck Verlag, 4006 Basel ■

#### Wir setzen Zeichen!



**heimgartner**  
Die Fahnenmacher

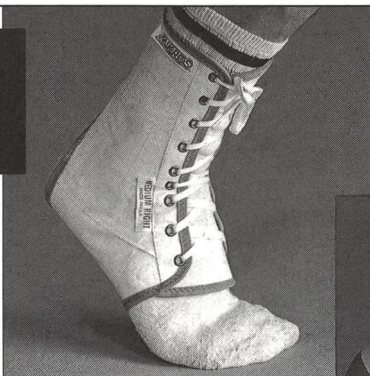
Heimgartner Fahnen AG Wil  
Zürcherstrasse 37  
9500 Wil/SG  
Telefon 073 22 37 11  
Telefax 073 22 56 48

Verlangen Sie unseren Katalog!

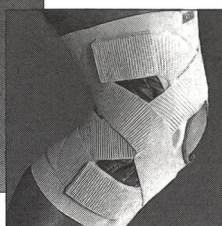
**Einige Abenteuer- und Geländespielideen. Mit Kindern genügt oft schon ein Satz des Leiters bei einem Abendspaziergang: Da, schau! Hast Du das auch gesehen? Und aus dem Abendspaziergang wird das spannendste, laufintensivste Geländespiel.**



Exklusiv-Lieferant  
des Schweiz.  
Volleyball-  
Verbandes, der  
Nat.-Kader des  
Schweiz. OL-  
Verbandes sowie  
offizieller  
Partner der  
Medizinischen  
Kommission  
des Schweiz.  
Handball-  
Verbandes



**MIKROS**



## Mikros schützt und stützt.

Die Mikros Fussgelenksstütze ist indiziert

- bei konservativ/operativ versorgten Bandläsionen in der Mobilisationsphase.
- bei chronischer Instabilität des oberen Sprunggelenks.
- als Prophylaxe gegen Sprunggelenksdistorsionen.
- Gibt es in je 5 Grössen für beide Füsse separat.
- In verschiedenen Ausführungen (kurz, normal, orthopädisch).
- Stabilisiert das Sprunggelenk wirkungsvoll.
- Ersetzt tapen und bandagieren.
- Verbessert die Proprioception am Sprunggelenk.

Die Mikros Gelenkstütze gibt es auch für Hand und Hals.

**medExim**

Medexim AG, Solothurnstrasse 180, 2540 Grenchen, Telefon 065 55 22 37