

# LAJU - BOX FRÜHLING

## Die besten Bewegungsspiele für den Garten



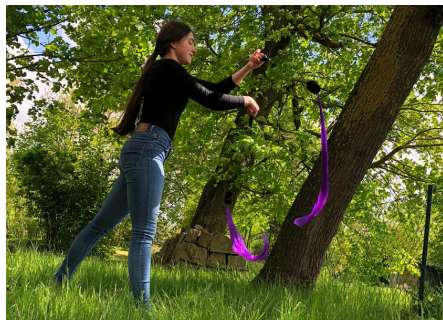
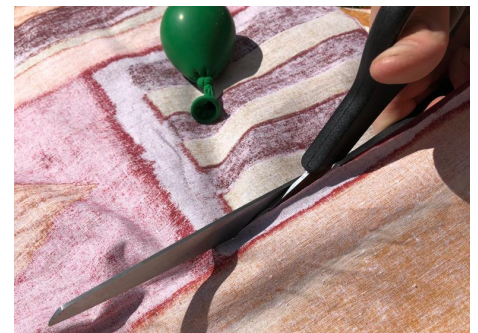
### Anleitungen für das Freizeitspiel mit dem Poi

Die Bewegungskunst mit dem Poi, auch genannt Flow Art, ist auf der ganzen Welt populär. Der Einstieg in das Poi - Spielen geht schnell, weil sich Pois sehr einfach selber bauen lassen. Alle notwendigen Gegenstände sind in der Regel in jedem Haushalt zu finden. Wenn du mehr über Flow Arts und das Spiel mit Poi, Stab, Reifen und ähnlichen Flow Toys lernen möchtest, findest du im Internet viele Anregungen.

## DU BRAUCHST:

2 HÄNDE VOLL MIT SAND ALTERNATIV REIS, 2 LUFTBALLONS, JONGLIER- ODER SEIDENTÜCHER VERS. FARBEN, SCHERE, STOFFRESTE VERS. FARBEN, 4 GUMMIS, GARN ODER DÜNNES KORDELBAND

1. Zuerst befüllst du deine 2 Luftballons mit Sand oder Reis und verknotest das Ende vom Ballons, sodass kein Sand herausfallen kann.
2. Anschließend schneidest du aus Stoffresten 2 kleine Vierecke von ca. 15x15 cm, wickelst den Ballon ein und schließt es am Ende mit einem Gummi.
3. Mit einem weiteren Gummi wird das Jongliertuch in Form eines Schweifs befestigt.



4. Nun wird ein Garn oder eine Kordel mit einer Länge von ca. 45 cm für kleine Anwender und ca. 65 cm für große Anwender fest am Poi verschnürt. Das Ganze natürlich für zwei Pois.
5. Am Ende wird eine Zweifingerschleufe geknotet. Wer Garn verwendet, sollte das Ende vom Garn mit einem weichen oder dicken Band verlängern. Dadurch scheuert es nicht an den Fingern beim Pois - Spielen. Viel Spaß beim Spielen!

### Schon gewusst?

Der Ursprung liegt ca. 1.000 Jahre zurück und ist von den Māori in Neuseeland begründet. Ursprünglich dienten die Pois als Hand-Training für Frauen und als Trainingsvorbereitung auf Kämpfe für Männer. Die ersten Bälle bestanden aus Flachs und wurden entzündet. Aufgrund der Tradition sind Pois heute oft im Stundenplan der Schüler auf Neuseeland zu finden.

**Wir freuen uns auf deine Bilder von deiner Laju-Box Frühling mit deinen Lieblingsspielen im Garten.**