



**-Expedition ins Lachland- 2019-**  
**Von kleinen Riesen und großen Zwergen**  
*Eine aktive Fantasiegeschichte durch verschiedene Reiche*

**Erzählung** :vom Riesengebirge und den Bewohnern ,Riesen und Zwergen.

Aufforderung zur gemeinsamen Wanderung und Expedition dorthin.

**Vorbereitung in pantomimischer Darstellung:** Rucksack, Wasserflasche, Energiebällchen vorbereiten, Fernglas, Lachen in die Taschen, Lachkleidung, Probleme abschütteln, Last von Schultern,Zurückbleibenden winken,

**Musik Surinam** für Wanderung **körperliche Übungen**; verschiedene Gangarten, vielfältige Bodenbeschaffenheit, Lockerung, Wahrnehmung der anderen, Begrüßung, Hände schütteln, abklopfenetc. jeweils 3 x ,Kopfund Hals lockern, schauen**Musik aus**Pause,hinsetzen, Rucksack runter, Wasser trinken, durchs Fernglas schauen, **Erzählendes vorgestellten Geschehens:** Berge, Felsen in der Ferne oder nah, groß oder klein,

**Musik Mineur** Riesen erkennen,**pantomimische Ü. = Körperübung oder Lachübung**, Mut anessen durch Energieb.,den R.es gleich tun, sich aufbauen, aufplustern, aufrichten, groß machen, Brust trommeln, standhalten, stampfen –**Erzählen:** Steine brechen ab **Musik aus**

**Musik Triahotalla**Riesen tönen, jodeln, ihre Sprache, Gibberish? **Wir** kauder - welschen, ich: einteilen in Menschen und Riesen **Ü** Rücken abklopfen mit wechseln; **Ü:** Rücken an Rücken, **Ü:** lachen aus dem Ärmel schütteln, brabbeln: hurrliburrli, klatschen, sich erden: ho,ho,ha,ha, Lachen zu den Riesen werfen, mit Wasser spritzen.**Musik aus**

Pause, verschnaufen, **Ü. Atem:** **Erzählen:** wo sind die Zwerge? Lachgesicht malen mit Wurzelholz, Risse im Gestein,“Sesam öffne dich“

**Musik Der Amtmann** Spalt, in den Berg, ducken, klein machen,Gänge, Geräusche wieim Bergwerk.Riesestützt das Gewölbe, viele Zwerge arbeiten, klopfen und hämmern und sägen. Wir helfen, **Ü:** Holz übers Knie, **Ü:**sägenzu zweit, Wasser,- Kälte, **Ü:** Händereiben, Energie und Wärme auf Schultern des Nachbarn, Wechsel, **Ü:** Rücken gegen Rücken reiben, **Ü:** Feuer machen, hinsetzen, Energiebällchen essen.**Musik aus**

**Erzählen:** Zwerge werden lebendig und zutraulich, klettern hoch, klauen Essen,werden gefüttert

**Musik Umseck**Zwerge auf die Finger**Ü:** Finger Gym, Mudras,Lachen aus den Taschen, kitzeln, gegenseitig kitzeln, anblasen,Zwerge fliegen weg,einfangen,legensich schlafen in weichen Fellchen**Musik aus** **Erzählen:** raus aus dem Berg,

**Musik Metwet**Nacht-Geräusche, müde, auf den Rücken legen, Beine nach oben, **Ü:** liegende 8 malen mit Beinen r. +li.;mit Armen ebenso, groß und kleine 8, Unendlichkeit, Ruhe ,**Ü:** Entspannung, Hände auf Brust und Bauch, Atem spüren**Musik weiter mit Callypso**Zwerge wieder da ,mit genommen in Taschen und Ärmeln, sie lachen und giggern, animieren uns mitzutanzten, aufstehen, trällern, tanzen, drehen, Riesen kommen dazu, Wechsel zwischen groß ,schwer (R.) und klein zipfelig (Z)**Musik weiter mit Wiederholung Callypsoleiser**

**Erzählen:** Riesen haben kleine Steine in einem Sack. Kieselsteine:

Verteilung,Geschenk .Zwerge schleppen Sack mit Fellchen,Geschenk der Zwerge Verabschiedung von den Zwergen und Riesen, Rückweg, **Musik aus** Schussworte