

# Spielanleitung

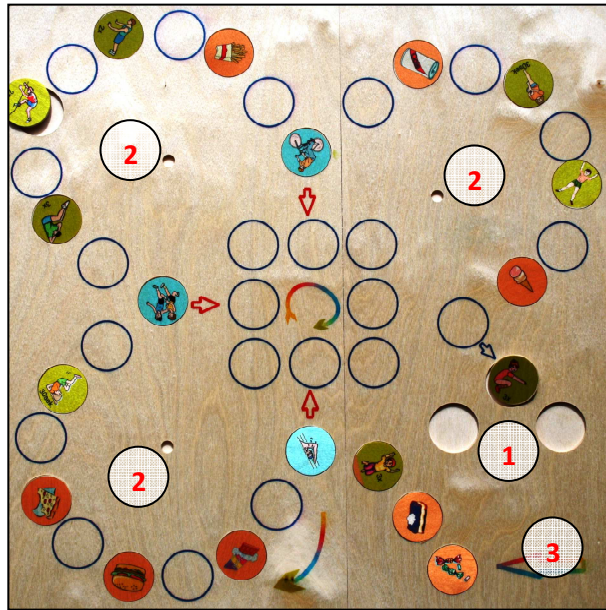
## Idee:

Jeder weiß, welches die beiden Hauptursachen für viele sogenannte Zivilisationskrankheiten sind: Zu viel Fastfood und zu wenig Bewegung. Dieses Spiel greift das Thema "Gesunde Ernährung und Bewegung" auf. Dabei lernen die Kinder spielerisch, was gut für sie ist, und was nicht ganz so. Keineswegs soll damit vermittelt werden, dass Burger oder Pommes verboten sind, es kommt - wie immer - auf die Menge an.

## Inhalt:

4 Spielfiguren, 3 Fettringhalter, 20 Fettringe, 1 Zieltor, 1 Würfel (1-3 Augen)

## Vorbereitung:



Als erstes wird das Zieltor in die beiden Löcher (1) gesteckt. Danach werden die "Fettring-Depots" (2) angelegt (Stab ins Loch stecken und die Ringe verteilen) und dann geht's los. Alle Spieler stellen sich am Regenbogenpfeil (3) auf.

## Spielverlauf:

Starten darf nur, wer eine "1" gewürfelt hat. Danach zieht jeder Spieler so viele Felder, wie er Augen geworfen hat. So geht es reihum. Kommt jemand auf ein Aktionsfeld, gibt es Pfunde, oder sie purzeln. Auf den roten Feldern sind Dickmacher dargestellt, und wer auf eines dieser Felder kommt, muss einen "Fettring" nehmen, den er auf seine Spielfigur steckt (der Kopf ist abnehmbar). Kommt ein Spieler auf ein "Sport-Feld", muss er die gezeigte Übung ausführen, und darf dafür wieder einen "Fettring" abgeben. Hat ein Mitspieler noch "nichts auf den Rippen", wenn er auf ein "Sportfeld" kommt, dann passiert auch nichts.

Die drei Felder Schwimmen, Joggen und Radfahren, in der Mitte, sind keine aktiven "Sportfelder". Damit soll den Kindern vermittelt werden, dass man mit Schwimmen, Joggen und Radfahren abnehmen kann. Wer auf eines dieser Felder kommt, muss etwas Zeit investieren und einmal durch die Ehrenrunde in der Mitte des Spielbretts. Dafür darf er aber auch hier wieder einen "Fettring" abgeben. Wer fünf Ringe Übergewicht hat, der muss bei nächster Gelegenheit in die Runde, auch wenn er nicht das passende Feld trifft.

Irgendwann hat der Erste das Ziel vor Augen, doch durch das Zieltor kommt nur der, der sein Ausgangsgewicht wieder erreicht, also keine "Fettringe" mehr, hat. Sollte doch noch zu viel Gewicht auf den Rippen sein, muss man so lange Übungen machen, bis das Normalgewicht erreicht ist. Wer z.B. noch drei Ringe hat, darf eine Übung machen und dafür einen Ring abgeben. Das gleiche in der nächsten und übernächsten Runde, bis alle Ringe weg sind, dann ist das Ziel erreicht. **Viel Spaß!**

### Wichtiger Hinweis!

Nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet. Erstickungsgefahr.



Lübzer Straße 15  
D-19370 Parchim  
info@rainbowgames.de  
www.rainbowgames.de  
© rainbowgames 2011  
Made in Germany