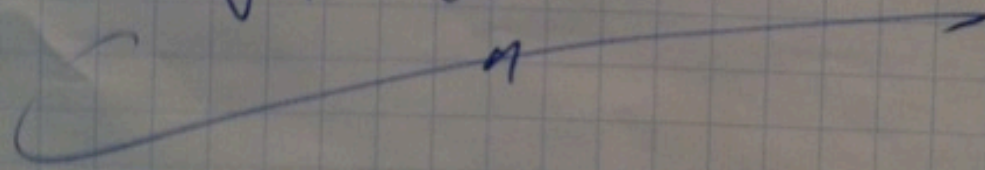


7 Warm Ups 2 Go

Reloaded

Willkommen



Rolf Dräther  
holisticou AG

rolf.draether@holisticou.de

@ rdraether

# Motivation

- Abholen
- Aktivieren
- Konzentrieren
- Fokussieren
- Demonstrieren
- Entspannen
- Spielen
- Spaß haben
- Öffnen

# Heutiges Angebot

auch 260

- ① Haifischbecken <sup>A, K, G</sup>
- ② 1-2-3 <sup>A, K</sup>
- ③ Hund & Katze <sup>K</sup>
- ④ A.G.I.L. <sup>Kr</sup>
- ⑤ SCRUM - Percussion <sup>K, A</sup>
- ⑥ Roboter parken <sup>A, E</sup>
- ⑦ Zaubern <sup>A, E</sup>

A Aktivierung

K Konzentration

E Entspannung

Kr Kreativität

F Fokussierung

G Gruppendynamik

A.G.I.L.

A lle

G eben

I hr

L etztes

# Assoziationen zu A.G.I.L.

---

## Alle gaben ihre Listen!

Anhalter gehen immer links  
Agilisten greifen ins Leere  
Affen grölen im Laubwald  
Arbeiter grillen ihre Lieblingswerkzeuge

Australier gucken immer lieb  
Alles Gute im Leben  
Alles geht immer leicht  
Außen gut innen Lust

Alle glauben irgendwas Lustiges  
Alte Geriatriepatienten integrieren Lean  
Alle Griechen investieren locker  
Angst gegen individuelle Lohnkürzungen  
Agil genervte Idioten labern

Aller Glauben ist Leichtsinn  
Andere Googeln ihr Leben  
Andere Googeln ihre Lieben  
Ameisen graben im Laufen  
Also glaubt ihr Looser  
Angeln gehen in Lava  
Amateure glauben immer langsam  
Austria gewinnt in Luxemburg

Alles geht im Leben  
Achtung große Informations-Lücken  
Auch große Idioten liebhaben  
Agil garantiert immer locker

Albernheit gibt immer Lustiges  
Am größten ist Luise  
Acht geile Irokesen lauern

Austern graben im Loch

Arbeit gemacht im Lendenschurz  
Alles gut im Land  
Alles geil im Leben  
Alles grün in Lissabon  
Analyse großer Informationssysteme läuft  
**Auf geht's ihr Looser**

Auch Genies iterieren langsam  
Alle gähnen im Laufschrift  
Arbeits-Gemeinsam-Irrer-Lichter  
Alle gucken ins Licht  
Alle großen Initiativen lieben

Andere grübeln, ich lache  
Auf große Irrtümer lauern  
Alle Gemeinheiten im Leben  
Alle gründlich irren lassen  
Affen geben ihr Leben

Anders geht's im Leben  
Alibi geht ins Leere  
Auch Gutes ist Lustig  
Auch Gurken isst Lara  
Am Grat ihr lauft  
Auf Gräbern ist Leben  
Alle grunzen im Loch

Abends gehe ich'ns Lokal  
Aber ganz im Lot  
Alle glauben ihren Leitern  
Aber-Glaube im Leben  
Anders geht's immer leichter  
Ameisen gehen ins Laub

Arbeit geht immer langsam  
Alles gut im Leben  
Alle galoppieren im Laufschrift  
Auch grübeln ist leicht  
Auto geht immer langsamer  
Alles geht immer leichter  
Arbeits-Gruppen irren leidend

Am geilsten ist Lola  
Abraham geht im Lendenschurz  
Anke gelt ihre Locke  
**Abends gibt's immer Labskaus**  
Alles Grüne ist langweilig  
Alfons grübelt im Ländle  
Agiler Geschäftsführer innoviert Lohndumping  
Alter Grieche ist lebendig

*Sorry, ein paar Sprüche konnte ich bei aller Mühe nicht mehr entziffern. Schade.  
Was wart ihr großartig, genial und kreativ! Wirklich: Alle gaben ihr Letztes ;o))). Danke!  
VG Rolf*

# SCRUM - Percussion

## the rhythm of SCRUM

	1	2	3	4	5	6	7	8
DS	T	T	T	T	T	T	T	T
P/P	K							
R/R								O
E			S		S			

T Tippen in die Hand

K Lautes Klatschen

O klatschen auf die Oberschenkel

S Schnippen



# Literatur - Tipps

Beermann / Schubach

"Spiele für Workshops und Seminare"

Seifert / Göbel

"GAMES"

Ziegler

"Das australische Schwebholz"

2 1 2

o

o

o