

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 7
Einleitung 11

Die einzelnen Warming-ups

1. Das Förderband 26
2. Der Kollegensitzkreis 29
3. Der Seilkreis 32
4. Klick! Die menschliche Kamera 35
5. »Gemeinsam mehr sehen!« 38
6. Der schwebende Bambusstab 41
7. Verkehrschaos 44
8. Die Zyklopen 47
9. Der Ring 50
10. Der Sinnesparcours 53
11. Der Lauschangriff 55
12. Das Pendel 59
13. Rückendeckung 62
14. »Gemeinsam schaffen wir es!« 64
15. Der Deckenball 66
16. Der Herr der Ringe 68
17. Die Rettungsinsel 72
18. Der Vertrauenslauf 74
19. Discovery 78
20. Electric Fence 80
21. Partnerbalance 82
22. Balljongleure 84
23. Stand up! 86
24. Standhalten 88
25. Blind Snake 90

26. Bildermeditation	93
27. Das Berchtesgadener Mysterium	96
28. Das Streichholznest	98
29. Der Jurtenkreis	100
30. Blind geometrische Figuren bilden	102
31. Der Bullring	104
32. Money, it's a crime (Werner Michl)	108
33. Wahrnehmungsübung (Markus Eberhard)	110
34. Schlüsselbund (Markus Eberhard)	113
35. Stuhl umdrehen (Markus Eberhard)	115
36. Diskussion (Galina Pokhmelkina)	117
37. Anabiose (Galina Pokhmelkina)	119
38. Pantoffeln (Galina Pokhmelkina)	122
39. Wortsalat (Karin Göppel)	124
40. Nur ich allein ... (Karin Göppel)	127
41. Memories (Susanne Tanner)	130
42. Wikingertanz (Peter Emil Jensen)	133
43. An die Wäsche gehen (Markus Ried)	135
44. Kreuzworträtsel – Mein Thema und I.C.H. heute (Christina Achner)	137
45. »Birne lüften« (Christina Achner)	141
Anhang: Die Suchmaschine	143
Die Co-Autoren	159
Literaturempfehlungen	161