

# Der Mutzauber-Automat

Dauer: ca. 30 Minuten

Material: leere Schachtel, buntes Papier oder Farben, Schere, Klebe

## Anleitung:

1. Beklebe die Schachtel mit buntem Papier oder bemale sie in deinen Wunschfarben. Lass die untere Abdeckung geöffnet.
2. Mit einer Nagelschere oder einem Cuttermesser schneide einen Schlitz im unteren Drittel der Schachtel.
3. Beschrifte oder beklebe sie nach deinen Wünschen.
4. Schneide lange Papierstreifen, die so breit sind, dass sie durch den Schlitz passen und klebe einige aneinander, dass ein ungefähr 2 Meter langer Papierstreifen entsteht.
5. Beschrifte den Streifen mit positiven Affirmationen.
6. Rolle den Streifen zusammen und stecke ihn von unten in die Schachtel, führe ihn durch den Schlitz und schließe die Schachtel wieder.
7. Ziehe am Streifen und erfreue dich an den Affirmationen.



## Quellenverzeichnis:

Schrift: Grundschrift von Christian Urff <https://fontlibrary.org/de/font/grundschrift>  
<https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Texte und Grafiken: erstellt von Sabine Piecha von @yokids.de 2026

Du darfst mein Material für deinen (Yoga-)Unterricht verwenden.

Eine Veränderung des Materials ist nicht gestattet.

Alle Text- und Bildrechte liegen bei Sabine Piecha.

Solltest du auf Urheberrechtsverletzungen aufmerksam werden, melde dies bitte weiter an

**info@yokids.de**

Ich freue mich, wenn du mein Material benutzt und es auf Instagram teilst und mich dabei verlinkst.

**@yoga.in.der.schule**

Schreib mir doch gerne ein Feedback.

Viel Spaß mit dem Material!

Sabine Piecha