

Verwurzeln — Woche 4
Jesus — heißt alle willkommen!

family.fit fast

7 Minuten, um *Familie.Fitness.Glaube.Spaß*
wachsen zu lassen



www.family.fit

Es ist so einfach!

Versammelt eure Familie für 7 Minuten:

	 Aktiv werden <i>4 Minuten</i>	 Ruhe und Gespräch <i>3 Minuten</i>
TAG 1	Burpee-Staffel	Markus 2,13-17 lesen und besprechen
TAG 2	Dips mit Beinheben	Markus 2,13-17 lesen und besprechen
TAG 3	Schwänzchen- Fange	Markus 2,13-17 lesen und besprechen

Dies ist der Beginn einer Reise durch das Markusevangelium, während wir uns mit der Frage 'Wer ist dieser Jesus?' beschäftigen. Ihr findet es in der Bibel in **Markus 2,13-17**.

Es ist einfach! Keine spezielle Ausrüstung. Nur Spaß und ein offenes Herz!

Weitere Informationen findet ihr am Ende der Broschüre. Bitte lest die ABGs.



TAG 1

Aktiv werden



Burpee-Staffel

Baut einen etwa 10 m langen Parcours auf.

Lauft die Staffel mit einem Partner. Ein Partner macht eine Runde Burpees und Weitsprünge, während der andere Partner an der Startlinie Supermans macht. Klatscht einander ab und tauscht die Plätze.

Macht jeweils vier bis sechs Runden.



<https://youtu.be/YxACO9-xYWg>

Pause und Gespräch



Jesus heißt die willkommen, die es am wenigsten verdienen

Sprecht über eine Situation, in der es euch überrascht hat, dass euch jemand bemerkt.

- *Was haben sie gesagt oder getan? Wie habt ihr euch gefühlt?*

Lest Markus 2,13 -17

Jesus war ein beliebter Mensch. Die Menschenmengen folgten ihm überall. Trotzdem hielt er an und sprach mit einer Person: Levi, einem unbeliebten Zöllner.

- *Wie hättet ihr euch an Levis Stelle gefühlt?*

Gespräch mit Gott: Danke Gott, dass du uns jeden Tag bemerkst. Bittet ihn, euch zu helfen, Menschen zu bemerken und zu ermutigen, die nicht in eurer gewohnten Gruppe sind.

TAG 2

Aktiv werden



Dips mit Beinheben

Macht Dips und verwendet dabei einen Stuhl, indem ihr euch mit den Armen darauf abstützt. Während ihr die Bewegung ausführt, hebt ein Bein vom Boden ab. Wechselt die Beine.

Macht 10 Wiederholungen und ruht euch aus. Wiederholt es dann.



<https://youtu.be/KKSmes5IMZ0>

Pause und Gespräch



Jesus heißt die Unbeliebten willkommen

- *Wen würdet ihr zu einer Familienfeier einladen?*

Lest Markus 2,13 -17

Erstellt zwei Listen mit Menschen: die, die die Welt als 'unwürdig' bezeichnet, wie z.B. Levi und die, die 'beliebt' sind.

- *Warum glaubt ihr, nahm Jesus die Einladung von Levi an?*

Gespräch mit Gott: Herr hilf uns, dass sich alle in unserem Haus willkommen fühlen.

TAG 3

Aktiv werden



Schwänzchen-Fange

Alle Spieler bekommen einen Schal oder ein kleines Handtuch als 'Schwänzchen' und stecken es hinten in den Hosenbund. Ziel ist es so viele Schwänzchen wie möglich zu sammeln und dabei das eigene zu beschützen. Wer sein Schwänzchen verliert, macht 5 Liegestütze und darf dann weiterspielen. Viel Spaß!



<https://youtu.be/D7En4-s1laE>

Pause und Gespräch



Jesus zeigt uns, wer wir wirklich sind

- *Tiefer gehen: Auf einer Skala von 1 bis 10, wie gut seid ihr im Vergleich zu anderen Menschen?*

Lest Markus 2,13 -17.

Überprüft die Gesundheit jeder Person mit diesen Gegenständen (Thermometer, Pulsmesser, visueller Check, etc.)

- *Was hat Jesus gesagt, für wen er gekommen ist, um zu helfen?*

Gespräch mit Gott: Danke Gott, dass du uns aufnimmst auch wenn wir zerbrochen und voller Sünde sind. Hilf uns, andere Menschen auf die gleiche Weise willkommen zu heißen.

Worte der Woche

Ihr findet diese Worte in einer kostenlosen Online-Bibel hier in [Markus 2,13-17](#)

Bibelstelle — Markus 2,13 -17

Danach kehrte Jesus zurück ans Ufer des Sees und lehrte die Menschen, die sich um ihn versammelten. Als er weiterging, sah er Levi, den Sohn des Alphäus, am Zollhaus sitzen. 'Komm, folge mir nach', sagte Jesus zu ihm. Da stand Levi auf und folgte ihm nach.

Danach lud Levi Jesus und seine Jünger zum Essen ein. Er bat auch viele Steuereintreiber und andere Menschen, die als Sünder galten, dazu. Viele von ihnen gehörten zu der Menge, die Jesus folgte. Als nun aber einige der Schriftgelehrten, die zu den Pharisäern gehörten, sahen, dass Jesus mit diesen Leuten aß, sagten sie zu seinen Jüngern: 'Warum isst er mit diesem Abschaum?'

Als Jesus das hörte, sagte er zu ihnen: 'Die Gesunden brauchen keinen Arzt - wohl aber die Kranken. Ich bin gekommen, um Sünder zu rufen, nicht Menschen, die sich schon für gut genug halten.'

Gesundheits-Tipp

Sorgt für genügend Schlaf.



Weitere Informationen

Wir hoffen, dass euch die *family.fit* Kurzversion gefallen hat. Dies wurde von Freiwilligen aus der ganzen Welt zusammengestellt. Es ist kostenlos!

Alle neuen family.fit-Einheiten findet ihr auf der Website <https://family.fit> Teilt family.fit mit anderen.

Videos findet ihr auf dem [family.fit YouTube® -Kanal](#)

Auf Social Media findet ihr uns hier:



Wenn ihr dieses Material in eure Sprache übersetzt, sendet es bitte an info@family.fit damit es mit anderen geteilt werden kann.

Danke.

Das family.fit Team



Introvideo

AGBs

WICHTIGE VEREINBARUNG VOR DER NUTZUNG

Wer dieses Material verwendet, stimmt unseren AGBs zu, welche auf der Webseite <https://family.fit/terms-and-conditions/> in voller Länge beschrieben sind. Diese regeln die Nutzung des Materials durch dich und alle, die mit dir trainieren. Bitte stelle sicher, dass du und die Personen, die das Material mit dir nutzen diese AGBs vollständig akzeptieren. Wer mit diesen AGBs im Ganzen oder in Teilen nicht einverstanden ist, darf das Material nicht verwenden.



family.ft

