



Nachtwanderung leiten – unterwegs unter dem Sternenhimmel

AUF EINEN BLICK



Ort

Draußen auf einer bekannten, sicheren Strecke abseits von Straßen



Kernidee

Eine Nachtwanderung sicher planen und leiten und unter dem Sternenhimmel über Gottes Größe staunen



Aufwand

Material 10 Min. · Vorbereitung 45 Min.



120 Minuten



6–16 Scouts



ab 16 Jahren



Strecke bei Tag erkunden



Material

- ☐ Stirnlampen, wenn möglich mit Rotlicht
- ☐ eine bei Tag erkundete Strecke mit Karte
- ☐ Erste-Hilfe-Set und ein geladenes Handy mit Notrufnummern
- ☐ Sternkarte oder Sternbild-App (Bildschirm im Nachtmodus)
- ☐ Isomatten oder Decken zum Liegen



Ablauf

0–20'

Planung – Strecke, Zeitplan und Rollen festlegen: Vorne geht eine Leitung, hinten das „Schlusslicht“. Vor dem Start wird abgezählt.

20–30'

Regeln – Zusammenbleiben, Lampen nach unten richten, leise sein – wir sind Gäste im Lebensraum der Tiere.

30–75'

Nachtwanderung – Einen Teil der Strecke ohne Licht gehen; die Augen brauchen etwa 20 bis 30 Minuten, um sich ganz an die Dunkelheit zu gewöhnen.

75–100'

Sternenhimmel – Auf Isomatten liegen und Sternbilder suchen: Großer Wagen, Polarstern, Kassiopeia.

100–120'

Andacht und Rückweg – Psalm 8,4–5: „Wenn ich den Himmel sehe, das Werk deiner Finger ... was ist der Mensch, dass du an ihn denkst?“ Danach geht es geschlossen zurück; am Ziel wird abgezählt.



Nachtwanderung leiten – unterwegs unter dem Sternenhimmel



So geht's – einfach erklärt

- 1 Die Strecke vorher bei Tageslicht ablaufen: keine ungesicherten Abhänge, Gewässer oder Straßen.
- 2 Vorne geht eine Leitung, hinten das Schlusslicht; regelmäßig abzählen.
- 3 Polarstern finden: die hintere Kante des Großen Wagens etwa fünfmal verlängern.
- 4 Rotlicht benutzen – weißes Licht macht die Gewöhnung an die Dunkelheit wieder zunichte.
- 5 Für jüngere Gruppen das Programm so planen, dass niemand Angst haben muss.

💬 **Beispiel:** „Macht alle mal das Licht aus und wartet. Nach ein paar Minuten seht ihr immer mehr Sterne. Gott hat sie gemacht – und trotzdem kennt er dich beim Namen.“



Sicherheit

- Erschrecken, Mutproben und Angstmachen gehören nicht ins Programm – das Schutzkonzept gilt auch nachts.
- Wetter prüfen und bei Gewitter, Sturm oder Glätte absagen; Betretungsregeln für Wald und Schutzgebiete beachten.
- Bei jüngeren Teilnehmenden die Eltern vorher informieren; niemand geht allein, niemand bleibt zurück.



Varianten

- Stille Wanderung: ein Wegabschnitt ganz ohne Worte, nur hören.
- Sternbild-Geschichten: Jeder erfindet zu einem Sternbild eine eigene Geschichte.



Zum Nachdenken

Wann hast du zuletzt über Gottes Größe gestaunt?