



VENSKABSLØB

LØB, DER STYRKER SAMARBEJDET. VI ARBEJDER SAMMEN

Deltagerne deles i hold med lige mange på hver. Der skal gives point ved hver post efter, hvor gode de er til at samarbejde, og hvordan posten løses.

Post 1 – Trille bold

Holdet stiller op på række med spredte ben. Nu skal en bold trille igennem alles ben. Bolden begynder ved den bagerste. Når den bagerste har sendt bolden af sted, løber vedkommende op forrest og sender bolden gennem benene tilbage til den bagerste, som så igen sender bolden af sted og løber nu op.

Post 2 – Ringridning

To ringe hænges op i en snor på et træ. Ringene kan evt. være et reb bundet sammen eller en ring fra et ringspil. Holdet får en pind, som de skal prøve at få ind i ringene. "Pia" tager "Bo" op på sin ryg og rider nu hen til ringene. Kan Bo ramme en af ringene? Alle på holdet skal prøve.

Post 3 – Tusindben

Holdet stiller sig i en række bag startlinjen. Deltagerne bukkes ned og tager fat i anklerne på den deltager, der står foran. I denne stilling skal de nu tilbagelægge en strækning.

Post 4 – Gå på aviser

Holdet får tre aviser med hvilke, de skal tilbagelægge en strækning. Den første deltager lægger en avis og stiller sig på den, så lægges den næste, og vedkommende træder hen på den. Næste deltager træder ud på den første avis. Nu lægges avis tre, og deltager 1 går ud på den. Deltager 2 tager den første avis og lægger længere frem, indtil målet er nået. Derefter overtager de næste 2 deltagere osv.

Post 5 – Fødselsdagsrækken

Holdet skal stille sig i rækkefølge efter, hvornår de har fødselsdag. Deltagerne må ikke tale sammen, men kun bruge fagter.

Post 6 – Mim et sted

Deltagerne får at vide et sted, som de skal mime fx hos en frisør, i skole, ved bageren, på fodboldbanen, bibliotek eller ved en blomsterhandler. Kan holdet gætte stedet?

Post 7 – Kast langt

Deltagerne skiftes til at kaste en tung sten eller pind. Det første kaster hen til punkt A og den næste deltager kaster derfra. Osv.

Post 8 – Kast sten i spande

Stil 4 spande op med forskellig afstand. Nu skal holdet prøve at ramme en spand. Der gives forskellige point efter, hvilken spand der rammes.

Post 9 – Tal-leg

Hver deltager får et tal under en fod. Nu skal holdet danne et nummer fx 134576937525, alt afhængig af, hvor mange deltagere der er på holdet. Prøv flere forskellige numre.

Post 10 – tænk selv videre...