

Brøndbyløbet 11 færdige poster

Brøndby-løbet er et stjerneløb, det vil sige at alle poster er inden for et afgrænset område, og deltagerne hele tiden skal tilbage til START posten før de går videre til næste post.

Posterne kræver bemanning af mindst en person, per post.

På hver postbeskrivelse står hvad posten skal gøre og hvilke materialer man skal have med.

Holdene sendes af sted fra START posten, ved at trække et nummer som svarer til den post de skal ud til.

Nummeret tager de med til posten og tilbage igen.

De får også en seddel med hvor de kan få skrevet deres point / og holdnummer, skal følge dem under hele løbet.

Når de har løst opgaven på posten og fået deres point, går de tilbage til START posten, og trækker et nyt nummer.

Trækker de et nummer de har haft før, trækker de om igen.

Det er ikke nødvendigt at bruge alle 11 poster, vælg dem i vil have.

Det er en god idé at evt. håndtegne et nærkort over området, med bygninger træer, og på den indtegne posternes placering med post nr. (Kortet bliver på startposten) Holdene kigger på kortet inden de løber ud til næste post.

Hvert hold har fået udleveret papiret med deres hold-nr. på og hvor posten kan skrive deres point.

Held og lykke, hilsen www.vores-fritid.dk

Brøndby løbet - Post 1

Drinks

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

En af holdet udvalgt person skal drikke så meget vand han kan på et minut, af et pap bægre, igennem et sugerør.

Du tæller hvor mange der drikkes og giver eks. 1 point pr. glas. Top point for 10 glas.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 2

Stripper

Se på stjerne løbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

Hele holdet skal lave en lang tøj kæde af holdets tøj (tøjet lægges på græsset).

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 3

Tørresnoren

Se på stjerne løbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

En af holdet udvalgt person skal med bind for øjnene finde klemmer på jorden og hænge dem op på tøjsnoren.

De andre på holdet må heppe.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 4

Ballonblæsere

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

Alle på holdet skal sprænge så mange balloner som muligt på 1 minut ved at puste dem op.

Eks. 1 point pr. sprængt ballon, og top point for alt over 10 balloner.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 5

Tårnet

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

Holdet skal lave den højeste menneskeskulptur. Du kan vurdere højden op ad en væg, og give eks. point efter højden eller 2 point pr. person i højden..

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 6

Gummistøvlekast

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

En eller flere på holdet skal med en gummistøvle i munden, slynge støvlen så langt som muligt. Det længste mål giver du point efter.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 7

Vandring

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

Hele holdet skal gå fra punkt a til b (du har lavet to mærker) med færrest mulige skridt. Løsningen kunne være at sidde på ryggen af en anden og spare skridt. Alt er tilladt.

Du giver point efter antal skridt.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 8

Vandbærer

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

En af holdet udvalgt person skal flytte så meget vand som muligt fra en spand til en anden. Der skal bruges en papirpose.

Tømmes hele spanden til sidste dråbe, gives 10 point.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 9

Flyvende tæppe

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

En af holdet udvalgt person skal op og ligge i presenningen mens resten af holdet skal holde presenningen som et brandtæppe og svinge (kaste) personen i tæppet så højt op som muligt.

Du giver point efter højden på kastet.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 10

Sømbuk

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

Hele holdet skal slå det samme søm i, en slag ad gangen efter tur, til sømmet er slået helt i.

Du giver poing efter hvor få slag der bliver brugt. Eks. 10 point for et slag og ellers ned til mindst 1 point for mange slag.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Brøndby løbet - Post 11

Gæt og grimasser

Se på stjerneløbskortet hvor du skal stå. Tag materialerne med.

Postens opgave er følgende:

Holdet skal

Først vise dig deres nummerskive (de skal have den med tilbage).

En af holdet udvalgt person får et kort af dig, og skal optræde (gæt og grimasser) med det som står på kortet, uden at sige noget! De andre skal så gætte hvad der står på kortet.

Et kort pr. hold. Point efter hurtighed.

Tid: max. 5 minutter.

Point-fordelingen:

Der gives point fra 1 – 10, pointene skrives på holdets seddel ud for post nummeret. (Tjek at de har skrevet et hold navn på sedlen).

For at point-fordelingen bliver retfærdig skal du tage hensyn til om der er mange eller få på holdet i forhold til de andre hold. Så start ikke med at give det første hold top-point!

Når holdet er færdigt hos dig skal de tilbage til START-posten.

Forslag til hold skema:

Hold nr.:	
Poster	Point
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
Point i alt:	