

Tienkamp spellen:

Uitleg aan de coaches/contactpersonen op dinsdag 11 juni.

- Alle spellen duren 5 minuten
- Per spel geven we aan hoeveel personen uit het team mee mogen doen.
- Er zijn spellen waar twee teams tegelijk met een opdracht bezig zijn. Er zijn spellen waar 1 team mee bezig is.
- We hebben een divers aanbod, van rustige spelletjes tot fysiek zwaardere spellen. Zodat zoveel mogelijk teamleden mee kunnen doen met de 10-kamp. Hou hier ook rekening mee in de keuze van teamleden per spel.
- Vooraf (voor het weekend) aangeven of en waar je de joker in wil zetten. Dit levert je dubbele punten op.

Spel 1 Stormbaan:

- 2 teams spelen dit spel tegelijk.
- Max 10 personen, waarvan 3 vrouwen
- Per persoon mag men meerdere keren de stormbaan bedwingen
- Fysiek zwaar spel, voer het veilig en beheerst uit.
- Punt per teamlid wat over de finish komt.
- Winnaar: Het team dat het vaakst deelnemers over de stormbaan krijgt wint dit spel.
- Uiteraard is het gebruik van voetbalschoenen tijdens dit spel verboden.

Spel 2 Tobbedansen:

- Een team van maximaal 8 personen, waarvan minimaal 3 dames gaan dit spel spelen.
- Omhoog klimmen, zo snel mogelijk met een 'tobbe' naar beneden glijden en je komt terecht in een waterbak.
- Per deelnemer mag men meerdere keren het parcours afleggen.
- Fysiek zwaar spel.
- Max 8 pers, waarvan 3 vrouwen
- Punt per teamlid wat over de finish komt.
- Winnaar: team wat met de meeste teamleden over de tobbedansbaan is gegaan.
- Uiteraard is het gebruik van voetbalschoenen tijdens dit spel verboden.

Spel 3 Wandelende A:

- Een spel waar het op aankomt op teamwork.
- Een team van maximaal 10 personen, waarvan minimaal 3 dames gaan dit spel spelen.
- Een speler gaat op de A staan, de andere teamleden houden de A overeind met 4 touwen. De kunst is om door goed aan de verschillende touwen te trekken de A te laten 'wandelen'. Dit gaat over een parcours zo vaak mogelijk. Aan het einde van het parcours moeten de personen wisselen en zijn andere teamleden aan de beurt.
- Als je de grond raakt, moet je opnieuw beginnen bij de startpositie.
- Fysiek middel zwaar spel.
- Winnaar: Het team wat het vaakst het parcours aflegt wint dit spel. Bij gelijk aantal telt de afgelegde afstand.

Spel 4 letterspel: Is dit te uitgebreid voor de eerste uitleg?

- Een team van maximaal 8 personen gaan dit spel spelen.
- Het team wordt opgesplitst in 2 groepen A en B. Afgewisseld komt er een viertal van groep A of B voor de groep staan. Deze vier personen ontvangen allemaal een letter op de buik en een letter op de rug. Op het startsein stelt een jurylid om en om een vraag aan betreffende groep bv 'Hoe noemt men een groep deelnemers?').
- De deelnemers moeten nu kijken welk antwoord ze met hun letters kunnen maken. Dat wordt b.v. T-E-A-M.
- Ze moeten nu de juiste letters naar de jury toedraaien en in de goede volgorde gaan staan zodat de jury het juiste woord kan lezen.
- Zodra het woord zichtbaar is op de goede manier wordt er gescoord en wordt de volgende vraag aan de andere 4 medespelers gesteld.
- Elke vraag goed afronden, levert dus een punt op. De rest van de groep die blijft zitten, mag wel meedenken om het antwoord te geven maar mogen verder niet meehelpen. Indien alle vragen goed zijn beantwoord telt de snelste tijd.
- Leuk en hilarisch spel.

Spel 5 Sponzenspel:

- Dit spel wordt gespeeld door 2 teams van elk 8 personen.
- Zij staan in een rij en geven een volle spons met water door naar de persoon achter zich (afwisselend boven en onder). Aan het einde moet de laatste

deelnemer de spons uitknippen en naar voren rennen om de spons weer te vullen en een nieuwe ronde te starten.

- Winnaar: Het team wat aan het einde het meeste water verzameld in winnaar.

Spel 6 Estafettespel:

- Dit spel wordt gespeeld door 2 teams van maximaal 8 personen.
- Men dient zo vlug mogelijk het parcours met hindernissen afleggen.
- Winnaar: het team wat het vaakst het parcours heeft afgelegd.

Spel 7 Vraag en antwoordspel:

- Dit is een fysiek makkelijk spel.
- Dit spel wordt gespeeld door 2 teams van 5 personen.
- Zij krijgen dezelfde vraag gesteld.
- Het team welke het juiste antwoordt geeft scoort een punt en de volgende vraag wordt gesteld.
- Elk goed antwoordt geeft een punt. Het team met de meeste goede antwoord (punten) wint dit spel.

Spel 8 Rode draad spel:

- Een team van maximaal 10 personen, waarvan minimaal 3 dames gaan dit spel spelen.
- We houden nog even geheim om welk spel het gaat.
- Geen fysiek heel zwaar spel.
- Wat we wel verklappen, is dat het team gehinderd wordt door een ander team.
- Zij proberen ervoor te zorgen dat dit team zo min mogelijk punten haalt.
- Nadere uitleg volgt dus nog.

Spel 9 Behendigheidsparcours:

- Deze opdracht mag gedaan worden met het hele team.
- Het is geen fysiek zwaar spel.
- Het team volgt een behendigheidsparcours met verschillende onderdelen.
- Elk onderdeel duurt een vaste tijd.
- Het gaat om het uitvoeren van verschillende opdrachten.

Spel 10 Memory:

- Fysiek niet zwaar spel.
- 1 team van 8 personen.
- Zij gaan proberen zoveel mogelijk gelijke plaatjes te vinden.
- De eerste persoon draait de eerste 2 plaatjes om. Het team mag kijken en draait de plaatjes weer terug. Een volgend teamlid mag vervolgens 2 plaatjes omdraaien. Als 2 plaatjes gelijk zijn mag met de 2 plaatjes meenemen en scoort men een punt.
- Voorzeggen is niet toegestaan. (jury houd dit in de gaten)
- Winnaar: Het team wat de meeste goede combinaties vindt, wint dit spel. Mochten alle plaatjes omgedraaid worden telt de snelste tijd.