



ENERGIZER

Hans worst



Tijd
10 min



Deelnemers
8 of meer



Buiten



Actief



Deze activiteit bevordert:

Energie • Plezier • Elkaar helpen

Uitvoering:

1. Wijs één of twee tikkers aan. Speel in een afgebakend veld.
2. Dreig je getikt te worden? Roep 'Hans!' en bevries met je armen over elkaar. Je bent veilig.
3. Een bevroren speler wordt bevrijd als een ander hem aantikt en 'Worst!' roept.
4. Wie getikt wordt, wordt tikker.
5. Wie als laatste 'Hans' zegt, wint.

Tip:

Top als afsluiter of tussendoortje als mensen het koud hebben of willen bewegen.

Varianten:

- Meer tikkers bij grote groepen
- Bevrijden alleen met z'n tweeën
- Kleiner speelveld voor meer tempo



Materiaal:

Pionnen voor het speelveld



Opstelling:

Afgebakend veld



Nabespreking:

- Niet nodig: pure energie en plezier.



Veiligheid:

Eerst opwarmen. Niet op nat gras.

