

Aktivitetssløype

Lag en morsom hinderløype med poster dere velger selv! En kreativ aktivitetssløype hvor man må tenke og bruke hodet kan være mye morsommere enn å bare være raskest.

Merk først en løype ute eller inne med innlagte poster. Ta hensyn til terreng og underlag hvis bevegelseshemmede skal være med. Finn varierte aktiviteter for de ulike postene slik at deltagerne kan bruke ulike evner. Del inn i grupper på 4-6 personer. Det kan legges inn tidsfrister på de ulike postene med litt konkurransepreg, dersom dette er ønskelig.

Forslag til aktiviteter:

- Lage en sang eller et dikt
- Løse en rebus
- Sette sammen et puslespill
- Mime
- Artsbestemme dyr eller planter
- Knytte knuter

