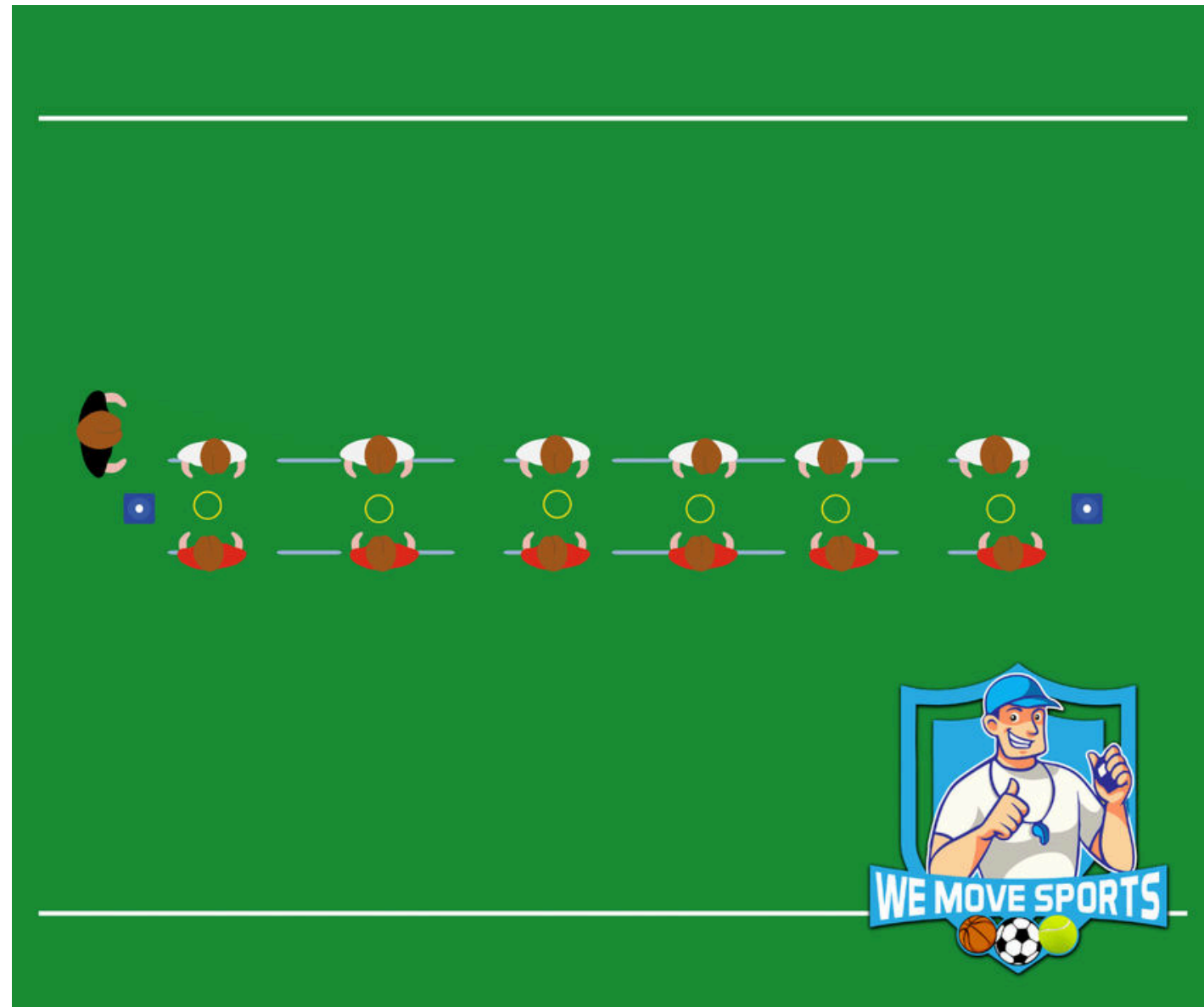


Eindspel



Hoofd schouder knie en pak

Spelomschrijving

Bij het spel hoofd schouder knie en pak staan twee spelers tegenover elkaar met tussen hen in een ring. De trainer of coach geeft de spelers een commando: "Hoofd, Schouder, Knie, Teen, etc.". Zodra de trainer roept "PAK!", dan probeer je als eerste de ring te pakken te zien krijgen. Heb je de ring, dan ben jij de winnaar.

Spelregels

- Spelers starten tegenover elkaar met tussen hen in een ring.
- Luister en volg de commando's van de trainer of coach.
- Roept de trainer PAK, dan probeer je zo snel mogelijk de ring te pakken.
- Variatie: De winnaars schuiven op naar links en de spelers welke verloren hebben schuiven op naar rechts.

Onder 12

9 - 12 spelers

1/4 veld

De materialen

2 Pionnen, 16 ringen en 4 grondroppen

De afmetingen

Lengte: 20 meter, Breedte: 15 meter