

Plattpromenad - Instruktioner av station

Uppläggning av stationen

Ställ ut startkonen, därefter poängskyltar med några meters mellanrum. Lägg plattorna vid startkonen.

Utförande

Laget ska ha två plattor mindre än antalet deltagare i gruppen, det vill säga är man 10 i gruppen ska man ha tillgång till 8 stycken plattor. Är man 7 i gruppen ska man ha tillgång till 5 stycken plattor.

När startsignalen går lägger man ut plattorna framåt, sedan kliver man fram på varje platta. Den sista personen i laget tar upp sista plattan och lämnar den framåt till nästa person. När den som står förs i ledet får plattan lägger den ner plattan och hela laget kliver ett steg framåt.

För varje poängmarkering som laget passerar tar man bort en platta. Har man 8 plattor och är 10 i gruppen och passerar 25 poängs skylten ska man bara ha 7 plattor fram till 50 poängslinjen osv.

Poängfördelning

Hela laget ska ha passerat poängmarkeringen för att det ska räknas. Om slutsignalen ljuder och några står på 50 poängs sidan och några på 75 poängsidan så får laget 50 poäng. Om laget hinner hela vägen får de starta om och samla mer poäng. En platta försvinner för varje poängmarkering som laget passerar, och om laget startar om en omgång så tar man också bort en platta.

Material för två stationer

2 st startkoner

Poängskyltar

2 st, 25 poäng

2 st, 50 poäng

2 st, 75 poäng

2 st, 100 poäng

Minst 16 stycken plattor. Brukar lägga några reservplattor vid stationen. Ifall ledargruppen vill använda fler plattor till lagen. Man kan starta med en platta mindre per lag istället för 2 plattor mindre om man vill göra det lite lättare.