

Caps – fangelek

Mål: Fysisk og morsom aktivitet kombinert med kartlesing.

Målgruppe: Passer for alle aldre (reguler vanskelighetsgraden etter nivå på deltakerne)

Utstyr: Kart i stor målestokk (1:2000-1:5000) med 9-16 poster inntegnet. 9-16 postskjermer. 9-16 stifteklemmer eller kodebokstav, evt. klippekort

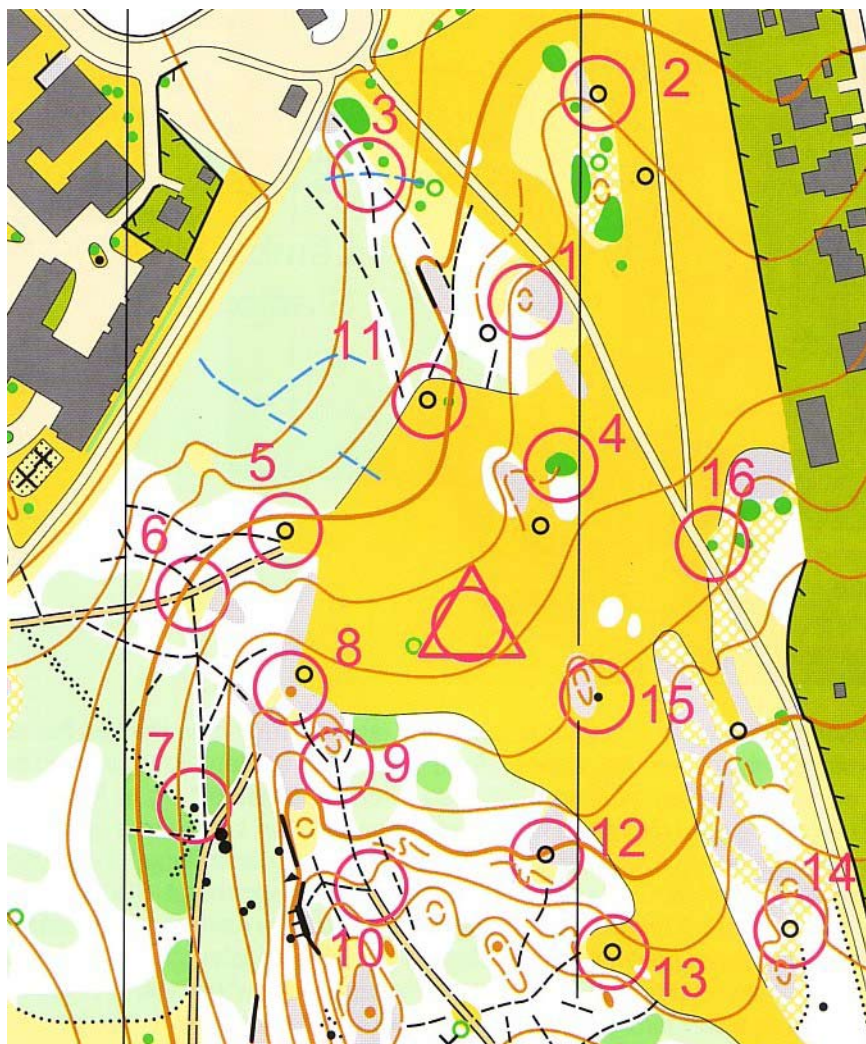
Organisering: Velg et avgrenset område til leken (bør ikke være større enn 300 x 300 meter). Postene med stifteklemme eller kodebokstav settes ut i terrenget. I tillegg må postene være markert med postnummer tilsvarende på kartet.

Deltakerne løper individuelt eller i par. De får hvert sitt kart med poster og postnummer inntegnet. Deltakerne spres ved å la de starte på forskjellig post. (eks par 1 starter med post 1, par 2 med post 2 osv).

2-3 deltakere er fangere og har ikke kart. De får hver sin caps på hodet (evt. markeringsvest). Fangerne løper ut og gjemmer seg i området. Alle med kart starter samtidig. Blir man tatt av en fanger underveis, gir man fra seg kartet og bytter rolle. Det er "frisone" på postene, men begrenst tiden (for eksempel maks 15 sekunder). Man kan også bestemme at fangeren ikke får komme nærmere enn 10 meter inntil postene.

Eksempel på fangekart neste side.





Caps-fange på et kart i stor målestokk.
Utsnitt av kartet Ekeberg skole utgitt av Bækkelagetets Sportsklub.
Målestokk 1:2500

