



Bewegen en toch afkoelen.

Ook als het warm weer is, kan bewegen heel erg leuk zijn.

Trek dus je badkleding aan en doe lekker mee!!



Waterpistolen gevecht



Wat heb je nodig?

- Wc papier
- Plakband
- Waterpistool
- Emmer



Hoe speel je het waterpistolengevecht?

Wikkel een laagje wc-papier om je schouder en vul je waterpistool.
Probeer met je waterpistool het wc-papier van je tegenstander te raken.
Natuurlijk moet je er ook voor zorgen dat jouw wc-papier zo droog mogelijk blijft.
Spelers bij wie het wc-papier van hun schouders valt, zijn af.

Ben jij het beste in het waterpistolengevecht?



Waterballonjojo



Wat heb je nodig?

- Waterballonnen
- Water
- Elastiek



Hoe speel je waterballonjojo?

Vul je waterballon met een beetje water en blaas deze daarna op. De ballon moet halfvol water en halfvol lucht zijn. Maak een knoop in de ballon en bind het elastiek aan de knoop. Je waterballonjojo is nu klaar voor gebruik.





Zes, Splash!



Wat heb je nodig?

- plastic bak met water
- dobbelsteen



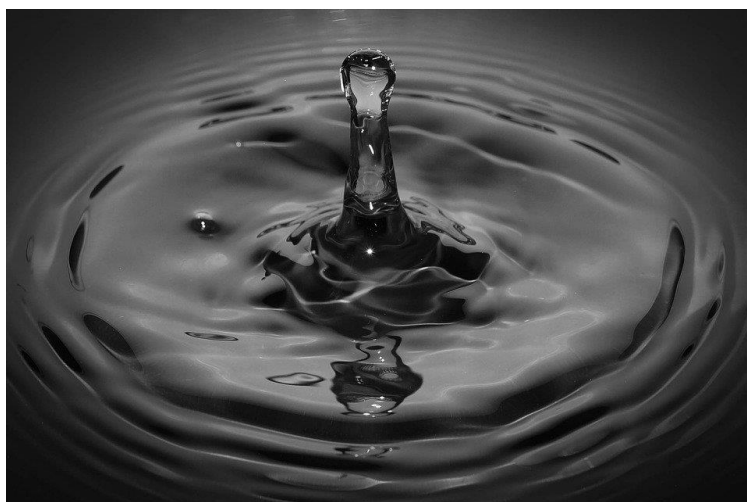
Hoe speel je Zes, Splash!?

Vul de plastic bak met water en ga met elkaar, zo dicht mogelijk, om de bak heen zitten.

Om de beurt gooi je met dobbelsteen.

Als je zes hebt gegooid, mag je heel snel met je hand in het water slaan.

Zorg ervoor dat je splash zoveel mogelijk spelers raakt.

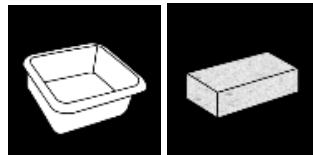


Voetenspons



Wat heb je nodig?

- plastic bak met water
- spons



Hoe speel je Voetenspons?

Vul de plastic bak met water en leg de spons er in.

Ga naast elkaar op je rug, op de grond, liggen.

Bij de voeten van de eerste in de rij komt de natte spons te liggen.

Deze persoon probeert de spons met zijn voeten te pakken.

Daarna heeft hij de spons met zijn voeten door aan de persoon die naast hem ligt.

Lukt het jullie om de spons aan het eind van de rij te krijgen?



Als **variant** kun je er ook voor kiezen om de spons weer terug te laten gaan naar de persoon die begonnen is. Dus de rij heen en weer.



Wat heb je nodig?

- Waterpistool
- Paraplu



Hoe speel je Schermen?

Dit spel speel je met z'n tweeën.

Een speler heeft een waterpistool, de ander speler heeft de paraplu.

De speler met het waterpistool probeert de tegenstander nat te spuiten.

De speler met de paraplu beweegt zijn paraplu zo dat hij droog blijft.

Lukt het jou om je tegenspeler nat te spuiten?

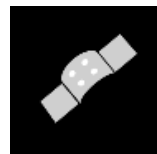
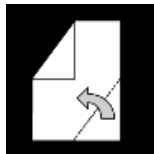


Waterlasergame



Wat heb je nodig?

- Vouwlaadje
- Plakband of pleister
- Waterpistool



Hoe speel je Waterlasergame?

Iedere speler krijgt een gekleurd vouwblaadje met plakband of een pleister op zijn rug geplakt.

De aanvaller krijgt een waterpistool en moet proberen op de vouwblaadjes te spuiten.

Als de straal uit het waterpistool het vouwblaadje vol geraakt heeft, is de speler af.

De speler die het langst zijn vouwblaadje droog kan houden heeft gewonnen.





Wat heb je nodig?

- Emmer met water



Hoe speel je Emmer tillen?

Maak groepjes van 4 of 5 personen.
Iedere groep heeft een emmer met water.

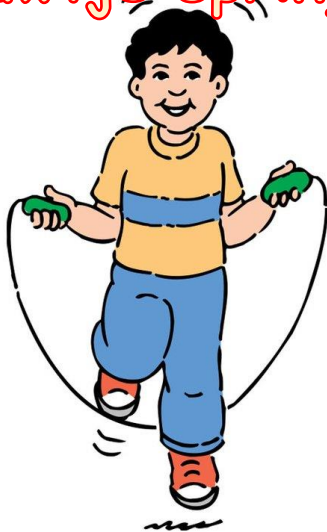
Alle deelnemers gaan op de grond liggen en proberen als groepjes de emmer met water met hun voeten zo hoog mogelijk op te tillen.

De groep die de emmer het hoogst kan tillen is de winnaar.

(Hoe voller de emmer, hoe moeilijker het spel is)



Touwtje springen



Wat heb je nodig?

- Plastic beker gevuld met water
- Springtouw



Hoe speel je Touwtje springen?

Twee deelnemers draaien met een groot springtouw. De andere deelnemers die moeten springen, doen dit met een plastic beker, gevuld met water, in de hand. Elke deelnemer springt 3 keer.

Wie het meeste water in de beker overhoud is de winnaar.



Als je **alleen** bent en het spel toch wil spelen, kan dit als volgt:

Doe een plastic beker met water in je mond en begin met springtouw. Kijk hoeveel water je nog in je beker hebt na 3 keer springen.

Kun je jezelf verbeteren?

