Afbeelding met tekst, metaalwaren, hendel

Automatisch gegenereerde beschrijving

**De Grote Gezin-Sport-Wandel-Quiz-Challenge!**

Bereid je voor, want deze challenge zal jullie op alle mogelijke manieren testen. Samenwerking, nadenken, behendigheid, kracht… Alles wordt op de proef gesteld. Het is aan jullie om deze fantastische challenge tot een goed einde te brengen. Als dat lukt, maken jullie kans op een Robin Racket Set!

**Wat moet je weten?**

Je volgt de route van de Fit o Meter in het gemeentepark van Brasschaat (plannetje onderaan). De start en finish zijn aan het Louis de Winter Stadion. Bij elk station van de Fit o Meter staat een bordje met het nummer (bv 3.2) en een opdracht op. Daar worden nog extra challenges aan toegevoegd. Die vind je per Fit o Meter-station hieronder. Je kan zelf ook nog opdrachten verzinnen als je wilt.

**Wedstrijd**

Dien je antwoorden in via het mailadres van de sportdienst: [sport@brasschaat.be](mailto:sport@brasschaat.be). Uit alle deelnemers die de juiste antwoorden indienden zullen op 22/05 twee winnaars willekeurig gekozen worden. Deze zullen nadien via het deelnemend mailadres gecontacteerd worden.

Voor extra challenges en plezier, neem je een (plastieken) bal mee.

**Start:**

*Challenge 1.1: Springen tot steun*

* Met bal: hou een penalty shoot out. Om te beurt probeer je de bal in het doel te trappen terwijl de andere doelman is.
* Vraag 1: Welke Belgische koning staat op de obelisk achter je?

Challenge 1.2: Pompen

* Met bal: Gebruik de balk als een volleybalnet. Speel een spelletje volleybal met elkaar en laat de bal zo lang mogelijk niet vallen.
* Vraag 2: Welk seizoen zie je achter de bosjes gebouwd worden?

Challenge 2.1: Knieën optrekken

* Extra: Je kan deze houten constructie ook gebruiken als klimparcours. Vraag wel hulp van mama of papa.
* Vraag 3: Welk bedrijf heeft het hek geplaatst achter deze challenge?

Challenge 2.2: Optrekken

* Extra: Probeer je nu eens al hangend voort te bewegen rond deze constructie. Lukt dat?
* Vraag 4: Voor deze challenge staat drie stippen. Welke kleur hebben deze stippen?

Challenge 3.1 en 3.2: Bokspringen en slalommen

* Met bal: Slalom langs de palen met de bal aan de voet. Je kan ook een tak zoeken en als hockeystick gebruiken. Wie kan de slalom het snelst uitlopen?
* Vraag 5: Links staat een grote stenen beker. Vanboven op de beker staan vruchten afgebeeld. Welke drank wordt er van deze vruchten gemaakt?

Challenge 4.1: Rug strekken

* Extra: probeer eens over de kromming te lopen. Lukt dat? Kunnen papa of mama helpen?
* Vraag 6: In het riviertje achter de challenge is een kleine stroomversnelling door een dam. In deze dam ligt een door mens gemaakt voorwerp van steen. Wat is dat voorwerp?

Challenge 4.2: Sit-ups

* Vraag 7: Een aantal meters terug, staat een oranje paaltje. Wat is het 10-cijferige nummer onderaan het bordje op dit paaltje?

Challenge 5.1: Hurkwenden

* Vraag 8: Welk dier staat afgebeeld op het bord links van deze challenge?

Challenge 5.2: Springen

* Met bal: Ga per twee elks aan een kant van de balken staan. Gooi de bal over de balk en de andere moet de bal vangen. Hoe hoog kan jij de bal over de balk gooien? Begin aan de lage kant en schuif op naar de hoge kant.
* Vraag 9: Links van deze challenge staat een paaltje met een lopende driehoek op. Welke kleur heeft deze driehoek?

Challenge 6.1: Hiel heffen

* Extra: Probeer over de balk op de grond te lopen. Als het te moeilijk is kan je de hogere balk als steun gebruiken. Als het te makkelijk is, kan je eens proberen om over de stam links van de challenge te lopen. Vraag wel hulp van mama of papa.
* Vraag 10: Achter het bordje van de fit o meter staat een boom die begint als 1 stam, maar bijna direct opsplitst in meerdere stammen. Hoeveel stammen heeft de boom na de splitsing?

Challenge 6.2: Flamingostand

* Vraag 11: Als je voor deze challenge staat, welke sport word er op het veld links achter je gespeeld?

Challenge 7.1: Tarzanladder

* Extra: Als deze challenge goed lukt, kan je eens proberen om al hangend om te draaien. Daarna kan je weer naar de andere kant vorderen.
* Vraag 12: Hoeveel ronde balkjes hangen er *vanboven* op het station naast elkaar?

Challenge 7.2: Schaatsen

* Extra: Speel al schaatsend een spelletje tikkertje met elkaar.
* Met bal: Je kan bovendien een spelletje tikkertje bal spelen. Als de tikker iemand raakt met de bal, wordt die persoon de tikker.
* Vraag 13: Op het bordje van deze challenge staat beschreven dat je van ‘merkteken’ naar ‘merkteken’ moet springen. Van wat zijn deze merktekens gemaakt?

Challenge 8.1: Vorderen in armsteun

* Extra: Begin met twee elks aan één kant. Kunnen jullie beiden de overkant bereiken zonder elkaar te laten vallen?
* Met bal: Probeer het ook eens met een bal tussen je voeten. Je kan ook de bal proberen doorgeven aan iemand anders.
* Vraag 14: Links en rechts van deze challenge staan twee boompjes. Dit zijn eiken, maar komen ze uit Amerika of Europa?

Challenge 8.2: Rekoefeningen

* Quiz: Hoeveel stenen paaltjes staan er links van deze challenge?

Proficiat! Je hebt de Grote Gezin-Sport-Wandel-Quiz-Challenge goed volbracht! Stuur je antwoorden op naar [sport@brasschaat.be](mailto:sport@brasschaat.be) en maak kans op een Robin Racket set! Doe dit zo overzichtelijk mogelijk bv.:

* Vraag 1: *antwoord*
* Vraag 2: *antwoord*

**Route**:

Afbeelding met diagram, schets, Plan, tekening

Automatisch gegenereerde beschrijving