NHL Leeuwarden

Draai Boek (Leiding)

Inhoud

[Route beschrijving 2](#_Toc482699661)

[Activiteiten 3](#_Toc482699662)

[Ochtend Duik 3](#_Toc482699663)

[Dansen met Joop 4](#_Toc482699664)

[Beren met de heren 5](#_Toc482699665)

[Pub Quiz 6](#_Toc482699666)

[Kampvuur 7](#_Toc482699667)

[Crazy 33/44 8](#_Toc482699668)

# Route beschrijving

**Van:**

Rengerslaan 10, 8917 DD, Leeuwarden

**Naar:**

Oranjeweg 59, 9161 CB, Hollum

**Route link:**

https://goo.gl/maps/MqXhWyJiuZL2

<2 uur en 43 min, 51,4 Km> +Veerboot dienst

**Beschrijving:**

* Van NHL
* Jelsum
* Cornjum
* Britsum
* Stiens
* Finkum
* Hallum
* Marrum
* Ferwert
* Holwerd
* Holwerd Haven
* Boot Ameland
* Nes
* Ballum
* Volg Verbindingsweg
* Volg Oranjeweg
* Aankomst

# Activiteiten

## Ochtend Duik

**Eisen:**

Zwembroek

**Benodigdheden:**

Strand/Branding

**Begeleiders:**

Joop en mogelijk meerdere mensen?

**Verloop:**

Iedereen wordt abrupt uit bed getrokken

**Uitzonderlijke situaties:**

Mocht het erg slecht weer zijn. gaat het alsnog door! Want ze moeten door bikkelen!

Er moeten mens(en) met EHBO diploma bij aanwezig zijn.

## Dansen met Joop

**Eisen:**

Zwembroek en zweetbandje!

**Benodigdheden:**

Strand en motivatie!

**Begeleiders:**

Joop

**Verloop:**

Na de ochtend duik gaan we gymnastiek doen waarbij ze een kwartier tot 20 minuten lekker warm worden stoomt

**Uitzonderlijke situaties:**

Mocht het erg slecht weer zijn. gaat het alsnog door! Want ze moeten door bikkelen! Er moeten mensen met EHBO zijn voor mogelijk gewonden!

## Beren met de heren

**Eisen:**

-

**Benodigdheden:**

4 markeringspunten(pionnen, jassen, takken, iets)

**Begeleiders:**

sowieso 1 EHBO’er + 2 begeleiders om toezicht te houden

**Spelregels:**

Je zet een groot rechthoek uit, in het midden staan een paar mensen(beren) en de rest van de groep staat aan een kant van het rechthoek. Deze mensen moeten naar de andere kant zien te komen zonder getackeld te worden door de mensen in het midden. Als je getackeld word, word jij ook een van de midden mensen. Dit gaat door tot er een paar overblijven dat zijn de winnaars. Hoeveelheid mensen in het midden hangt af van deelnemers

13:30 speelveld klaarzetten

13:35 beginnen met de eerste ronde

**Einde:**

wanneer niemand meer wil

**Net na het einde:**

speelveld opruimen

## Pub Quiz

**Eisen:**

-

**Benodigdheden:**

Vragen voor de quiz, prijsje, geluidsinstallatie met microfoon

**Begeleiders:**

Joop, Lars G, Pieter

**Verloop:**

\*tijden kunnen veranderen we beginnen i.i.g. om 20:00

20:00 - Aftrap pub quiz

20:30 - Vragen

22:30 - Punten tellen

23:00 - Prijs uitreiking

**Pu quiz vragen:**

## Kampvuur

**Eisen:**

Toestemming van de vakantieboerderij.

**Benodigdheden:**

Ondergrond of vuurkorf, veilige locatie, manier om eventueel te blussen (brandblusser of emmer water), hout en iets brandbaars.

**Begeleiders:**

1 (1 op back-up voor plaspauzes etc.)

**Verloop:**

19:00 klaarzetten van ondergrond of vuurkorf en het plaatsen van hout.

19:50 toevoegen van het brandbare en het aansteken.

20:00 toestroom van de introducés en continu aanhouden van het vuur (hout toevoegen)

23:30 stop toevoer hout

00:00 eventueel nog brandend hout blussen

**Volgende dag:**

Voor weggaan alles opruimen en eventueel afspoelen

**Uitzonderlijke situaties:**

Brand buiten de ondergrond: moet direct geblust worden. Kan voorkomen worden door ver van brandbare omgeving te staan.

**Brandwonden:**

Direct koelen, eventueel EHBO’er informeren.

## Crazy 33/44

**Eisen:**

-

**Benodigdheden:**

Blaadjes met opdrachten erop, pennen om af te vinken, prijzen.

**Begeleiders:**

Kelly & Ilja & Joyce

**Verloop:**

9:30 uitleg van het spel en uitdelen van de opdrachten.

tussentijds mag ook nagekeken worden door begeleiders

10.00 beginnen met de opdrachten.

11:30 nakijken van alle opdrachten.

12:00 prijsuitreiking.

**Uitzonderlijke situaties:**

er moet iemand aanwezig zijn met EHBO diploma bij de slaapplek.

**Speluitleg:**

je krijgt een opdrachtenlijst van 44 opdrachten. Voor elke opdracht die je uitvoert kun je punten verdienen, je moet wel bewijzen dat je deze opdracht hebt uitgevoerd door middel van bijvoorbeeld foto’s, video of face-to-face bewijs. Wie de meeste punten heeft wint een leuke prijs.