

Bingoløb.

www.bywegener.dk

Bingo-løb kan udføres på en lille eller stor græsplæne, alt efter hvor mennesker der deltager.

Print pladerne ud, eks. på farvet papir.

Bingobrikkerne klipper du ud og lægger hver brik under eks. en underkop, træklods eller lign. (så de ikke blæser væk). Brikkerne ligger jævnt fordelt på hele græsplænen (3 - 15 m. imellem)

Alle hold får en bingoplade.

En som ikke er med på hold stiller sig ind på midten af banen.

Alle hold stiller op på en række, uden for banen. Når personen i midten råber start, drøner alle hold ind og finder en ledig post.

Nu skal alle hold løbe rundt mellem brikkerne, kigge på brikken, se om deres bogstav er på og krydse bogstavet af på deres plade.

Uanset om bogstavet er på deres plade eller ej, skal de lægge brikken tilbage og gøre den øvelse som er beskrevet på brikken, frem til næste brik.

Alle fortsætter til de har hele pladen fuld.

Det er næsten sjovere for publikum at se på.

A Krabbegang

B Sideløb

D 20 englehop

G Løb med vendinger

J Hop på højre ben

M 10 samlede høje knæløft

P Løb så højre hånd rører jorden

S Baglæns løb med høje knæløft

X Råb højt hvor mange du mangler

Z Løb og spark dig selv bagi

T Hop 2 frem og 1 tilbage

C Hop med samlede ben

E Rør ved banens midte

F Hop på venstre ben

I Løb 10 gange rundt om denne post

L Spurt hen til en voksen, og sig:
Du er sød!

O Løb på alle fire

R Løb med STORE skridt

U Løb så begge hænder rører jorden

Y Harrehop til næste post

H Løb med strakte ben

K Skøjteløb til næste kegle

Bingoløb

www.bywegener.dk

A		C		E
	G		I	
		M		O
			S	

Bingoløb

www.bywegener.dk

A	B		D	
F				J
	L			
P		R		

Bingoløb

www.bywegener.dk

A		D		E
F				J
	L			
P			S	

Bingoløb

www.bywegener.dk

A	B		D	
	G		I	
		M		O
		R		

Bingoløb

www.bywegener.dk

E		P		S
	O		I	
		Y		K
			H	

Bingoløb

www.bywegener.dk

A	B		D	
J				M
	R			
T		Z		

Bingoløb

www.bywegener.dk

C		B		H
I				J
	K			
X			Y	

Bingoløb

www.bywegener.dk

A	E		G	
	L		O	
		S		Y
		Z		