



Winter sportspeurtocht SportSupport

Leuk dat je de sportspeurtocht in Heemstede wilt gaan doen. Hieronder staan tips en aanwijzingen die je kan gebruiken bij de speurtocht.

- Print dit bestand uit en maak de opdrachten die bij de foto's staan, als je klaar bent met de speurtocht kan je de antwoorden doorgeven via Bwillemsen@sportsupport.nl
- De foto's wijzen de weg, zoek dus goed naar deze foto's. Mocht je er niet uitkomen dan staat er op de achterkant van dit blad een plattegrond.
- De foto's staan op volgorde, dus ga van foto 1 → 2 → 3 ect.. tot en met foto 20.
- Loop altijd links van de weg.
- De route is iets meer dan 2 km, het is dus ongeveer een half uur lopen
- Doe de speurtocht met een vriendje, vriendinnetje, iemand uit de buurt of je ouders.
- Maak een leuke selfie onderweg bij de foto's en stuur deze op naar Bwillemsen@sportsupport.nl

Als je je antwoorden/ foto's instuurt dan maak je kans op sportieve prijzen!

Veel plezier!

De Buurtsportcoaches van SportSupport



1) Welke sport beoefent Sven Kramer?

- A: Voetbal
- B: Hockey
- C: Schaatsen

Opdracht: Hinkel 10x met je rechter been verder



2) Hoe heet de bal bij ijshockey?

Opdracht: Doe 10 schaatspassen



3) Wat eten panda's meestal?

- A: Vis
- B: Bamboe
- C: Sla

Opdracht: Maak 10 sprongen net als een hertje



4) Wat is het snelste dier op het land ter wereld?

- A: Jachtluipaard
- B: Leeuw
- C: Haas

Opdracht: Probeer 10 seconde lang op je rechterbeen stil te staan



5) Hoe snel rent de snelste man ter wereld de 100 meter?

- A: 6 seconden
- B: 9 seconden
- C: 12 seconden

Opdracht: Ren zo hard als je kan door naar de volgende foto



6) Waar zit je trommelvlies?

- A: In je oog
- B: In je neus
- C: In je oor

Opdracht: Probeer 10x de grond aan te tikken en daarna om hoog te springen



7) In welk land is het vaak het warmst?

- A: Spanje
- B: Nederland
- C: Noorwegen

Opdracht: Ga huppelend verder tot de volgende foto



8) Met welke kleur krijg je een waarschuwing bij voetbal?

- A: Paars
- B: Geel
- C: Blauw

Opdracht: Maak 10x kikkersprongen



9) Wat is precies de bedoeling bij golf?

- A: Om de bal in zo min mogelijk slagen in een gaatje te krijgen
- B: Om de bal zo ver mogelijk weg te slaan
- C: Om de bal zo hard mogelijk in het water te slaan

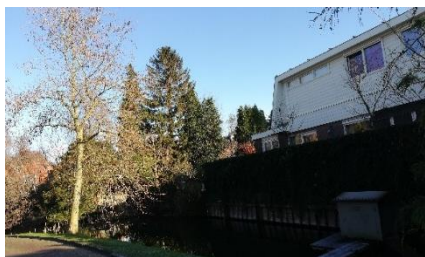
Opdracht: Spring 10x met één been omhoog



10) Wat is bobsleeën voor een sport?

- A: Een soort kunstijsschaatsen
- B: Met een slee een ijsbaan zo snel mogelijk afleggen
- C: In een slee rijden die wordt getrokken door een bobber
- D: Die sport bestaat niet

Opdracht: Ga op je linker been staan en raak 10x je linker voet aan



11) Noem 3 sporten waar gebruik wordt gemaakt van een net.

Opdracht: Probeer 23 jumping-jacks te maken



12) Hoeveel beweging heeft een kind van 9 jaar per dag nodig?

- A: Een half uur
- B: Een kwartier
- C: Drie uur
- D: Een uur

Opdracht: Til je knieën 10x om en om op



13) Welke sport is **geen** teamsport?

- A: Voetbal
- B: Waterpolo
- C: Paardrijden
- D: Hockey

Opdracht: Probeer 30 seconde lang op je linkerbeen stil te staan.

14) Hoe zagen mammoeten eruit?

- A: Olifanten met lange haren
- B: Neushoorns met lange haren
- C: Als een dinosaurus

Opdracht: Box 20x met je armen naar boven



15) Waarin verandert een rups als hij gaat poppen?

- A: Een duizendpoot
- B: Een kever
- C: Een vlinder

Opdracht: Zet één been voor de ander en buig 10x door je knieën.



16) Wat voor iets is een tutu?

- A: Een voetbaltoeter
- B: Het fluitje van de scheidsrechter bij waterpolo
- C: Een rokje bij ballet

Opdracht: Draai 5 rondjes op je plaats.



17) Noem 5 dieren die je tegenkomt in de dierentuin.

Opdracht: Ga precies op de plek staan waar deze foto is genomen.



18) **Opdracht:** Druk jezelf 10x op, dit kan je tegen een bankje aandoen in de buurt van deze brievenbus.

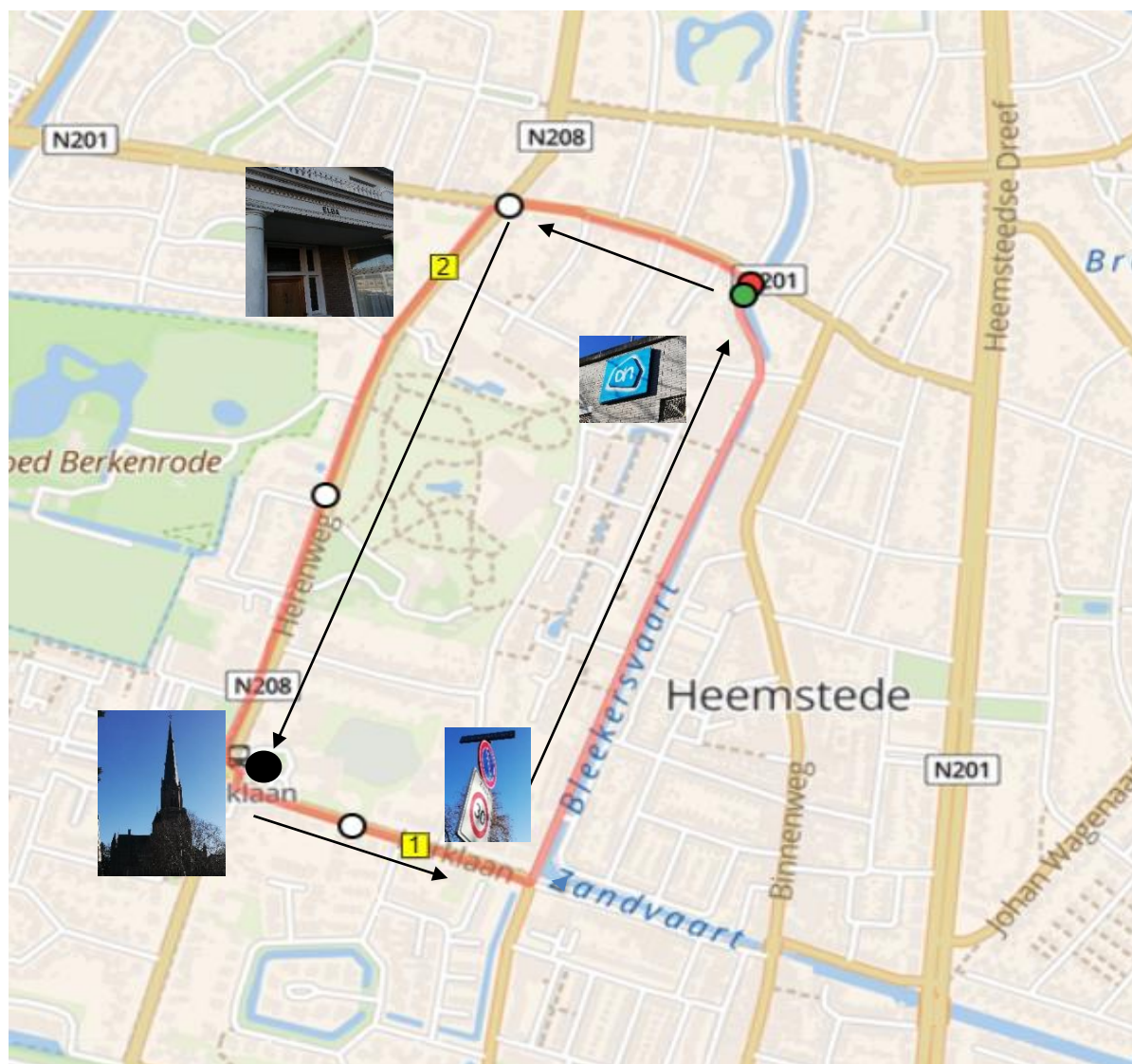


19) **Opdracht:** Loop in een treintje door naar de volgende foto, het eindpunt.



20) Goed gedaan!!! Je ziet als het goed is het beginpunt weer.

Plattegrond



- = Kerk
- = Looprichting
- = Looproute