



HK Spelen



Programma 2026

Doe mee de stad is jouw speelveld

GAHARDERWIJK.NL/HKSPLEN

Inleiding

Welkom bij de allereerste HK Spelen! Wat geweldig dat jij erbij bent. Op zaterdag 11 juli 2026 vieren we samen iets bijzonders: het vijfjarig bestaan van GA! Harderwijk én een dag waarop Harderwijk en Hierden draaien om sport, spel, uitdaging en vooral samen plezier maken.

Met jouw team ga je deze dag de uitdaging aan met andere teams uit de stad. Twaalf uur lang wisselen sportieve, creatieve en verrassende onderdelen elkaar af. Soms fysiek, soms slim, soms gewoon lekker lachen met elkaar. Het maakt niet uit of je fanatiek sport of gewoon zin hebt in een leuke dag: jij hoort erbij.

De HK Spelen draaien om ontmoeten, samenwerken en samen beleven. Op verschillende locaties in en rond Harderwijk laten we zien hoe veelzijdig onze stad is, en hoe sterk je bent als team. Natuurlijk is er ruimte voor gezonde strijd, maar onthoud: **meedoen is belangrijker dan winnen**. Geniet van de dag, moedig elkaar aan en maak herinneringen waar je nog lang over napraat.

“Veel plezier en succes. De stad is jouw speelveld!”

Inhoudsopgave

Inleiding	2
Inhoudsopgave	3
Reglement HK Spelen 2026	4
Plattegronden	8
Volleybal.....	11
Badminton.....	12
Schieten	13
Boogschieten	14
Jeu de boules.....	15
Puzzelen	16
Voetbal.....	17
Padel & tennis	18
Atletiek.....	19
Rolstoelbasketbal	20
Hyrox.....	21
Hockey	23
Kanoën.....	24
Tafeltennis	25
Truckpull.....	26
Camping games.....	27
Beachvolleybal	28
Suppen.....	29
Eindspel	30

Reglement HK Spelen 2026

Algemeen

De HK Spelen vinden plaats op zaterdag 11 juli 2026 van 07.00 uur tot 19.00 uur. De sport- en spelonderdelen vinden plaats op verschillende locaties in en rondom Harderwijk, waaronder sportaccommodaties, het water en openbare sportplekken in de stad.

- Er is plaats voor een beperkt aantal teams.
- Een team bestaat uit minimaal 15 en maximaal 20 deelnemers.
- Deelnemers mogen slechts met één team deelnemen.
- Alle deelnemers spelen in één leeftijdscategorie: 18+.
- De HK Spelen zijn een recreatief sport- en spelevenement waarin plezier, samenwerking en ontmoeting centraal staan.
- In het programma staan de onderdelen strak na elkaar gepland, uiteraard houden wij rekening met het verplaatsen van én naar de onderdelen. Het programma start daarom niet altijd 'strak' op de genoemde tijden.

Inschrijfgeld

Deelname aan de HK Spelen kost €200,- per team. Dit is inclusief deelname aan alle onderdelen én een verzorgde lunch. In de whatsappgroep met aanvoerders zal een betaalverzoek worden verstuurd in de week voorafgaand aan de HK-spelen.

Kleding

Deelnemers dragen geschikte sportkleding passend bij de verschillende onderdelen. Elk team zorgt voor een duidelijk herkenbaar teamtenue (bijvoorbeeld gelijke shirts of kleuren). Aanvullende kledingrichtlijnen worden in dit draaiboek per onderdeel toegelicht.

Teamcoach

Elk team wijst één teamcoach aan. Dit mag ook een deelnemer van het team zijn. De teamcoach is het eerste aanspreekpunt voor de organisatie en dient gedurende het gehele evenement telefonisch bereikbaar te zijn.

Veiligheid en ongevallen

Deelname aan de HK Spelen is op eigen risico. Tijdens het evenement is centrale EHBO aanwezig. Eventueel vervoer naar verdere medische hulp is de verantwoordelijkheid van het team; de coördinatie verloopt via de teamcoach.

Sportiviteit en respect

De HK Spelen zijn een sportief evenement met een gezonde dosis competitie, waarbij sportiviteit, respect en inclusie centraal staan. Bij herhaaldelijk onsportief gedrag kan een team:

- Worden uitgesloten van het betreffende onderdeel;
- 0 punten ontvangen voor dat onderdeel;
- Puntenaftrek krijgen in het klassement.

De beslissing hierover ligt bij de begeleiding van het onderdeel in overleg met de organisatie. In situaties waarin dit reglement niet voorziet, beslist de organisatie van GA! Harderwijk.

Alcohol en middelengebruik

Tijdens het evenement is het niet toegestaan om onder invloed van alcohol of andere middelen deel te nemen aan sport- en spelonderdelen. De organisatie behoudt zich het recht voor deelnemers die hier niet aan voldoen uit te sluiten van deelname.

Eten & drinken

De HK-spelen duren in totaal 12 uur. In deze tijd ben je niet continu actief, maar het programma is wel intensief. Het is daarom belangrijk om gedurende de dag goed te blijven eten en drinken. Zoals je weet is deelname inclusief een heerlijke lunch. Daarnaast adviseren we om als team zelf ook wat extra inkopen te doen, zodat jullie voldoende energie hebben om de dag goed door te komen. Uiteraard zorgen wij voor voldoende water, groente en fruit over de gehele dag.

Na de HK Spelen ben je van harte welkom in het sportcafé om gezellig na te praten over deze mooie dag. Dit is een vrijblijvende gelegenheid buiten de organisatie en op eigen kosten. Daarnaast kun je genieten van een heerlijke daghap en zijn er verschillende andere smakelijke gerechten te bestellen.

Sportiviteit & respect

Tijdens de HK Spelen wordt veel waarde gehecht aan fairplay, inzet en positieve teamspirit. Aan het einde van het evenement wordt een fairplayprijs toegekend aan het team dat zich gedurende de dag het meest sportief, met respect en verbindend heeft opgesteld.

Inschrijving

Inschrijving is definitief zodra het volledige inschrijfgeld is ontvangen door de organisatie van GA! Harderwijk. Inschrijven kan tot en met de aangegeven sluitingsdatum op gaharderwijk.nl/hkspelen.

Privacy (AVG)

Door deel te nemen aan de HK Spelen geven deelnemers automatisch toestemming voor het gebruik van foto- en videomateriaal voor PR- en communicatie-uitingen van GA! Harderwijk.

Overige bepalingen

- Deelnemers dienen een binding te hebben met Harderwijk of Hierden (wonen, werken, vereniging of sociaal netwerk).
- Van teams wordt verwacht dat zij aanwezig zijn bij de prijsuitreiking & afsluiting van de HK Spelen.
- De organisatie kan herkenbare bandjes of teammaterialen verstrekken; deelname zonder deze middelen is niet toegestaan.
- Door deelname aan de HK Spelen verklaart iedere deelnemer zich akkoord met dit reglement.

Puntentelling

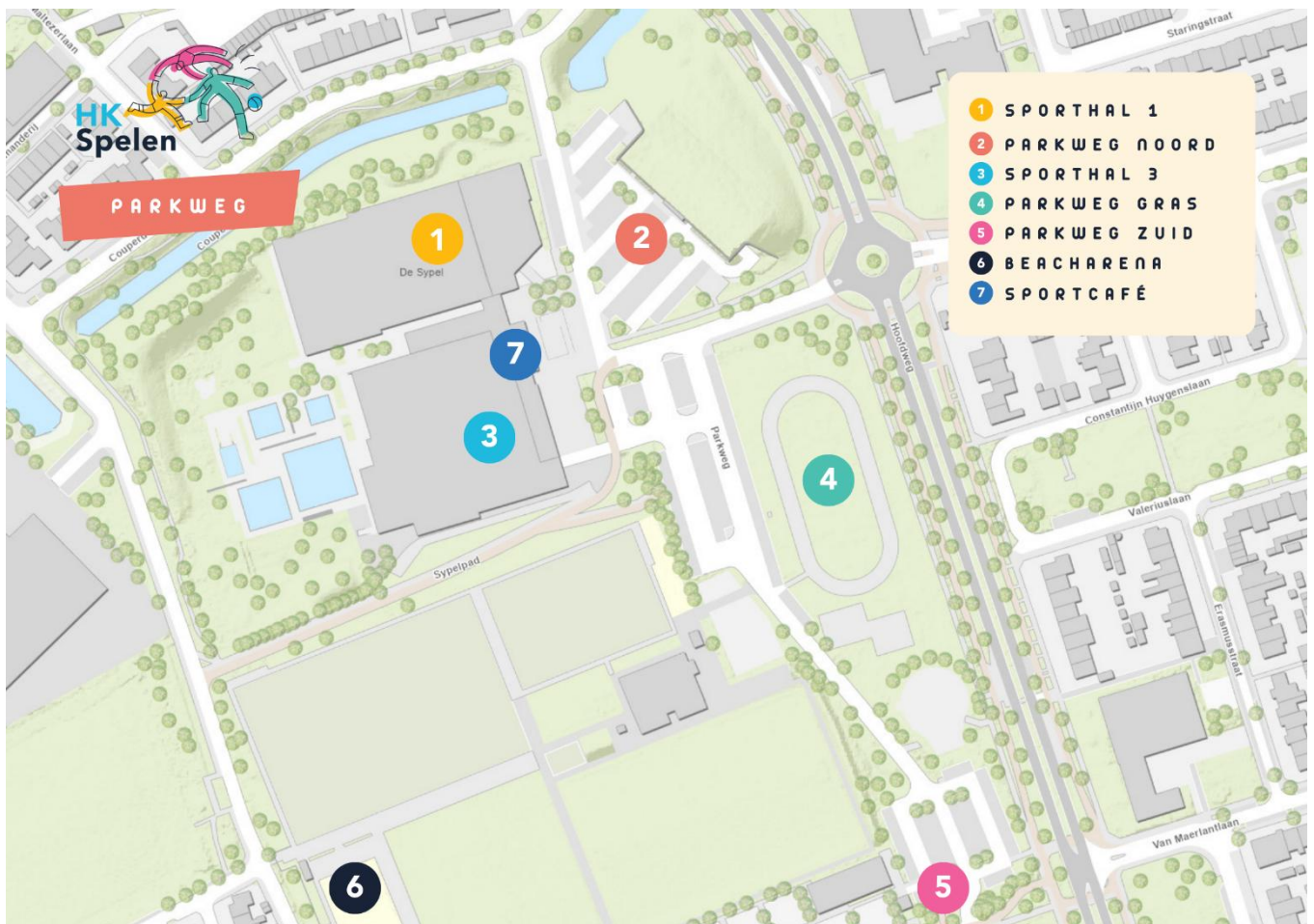
Tijdens de HK Spelen verdien je bij elke activiteit punten op basis van je prestatie. Soms speel je een toernooi, andere keren strijd je individueel of in tweetallen voor de hoogste score. De nummer 1 ontvangt altijd 18 punten, nummer 2 krijgt 16 punten, nummer 3 krijgt 14 punten, enzovoort. Dus ook al eindig je als laatste, je krijgt alsnog 2 punten!

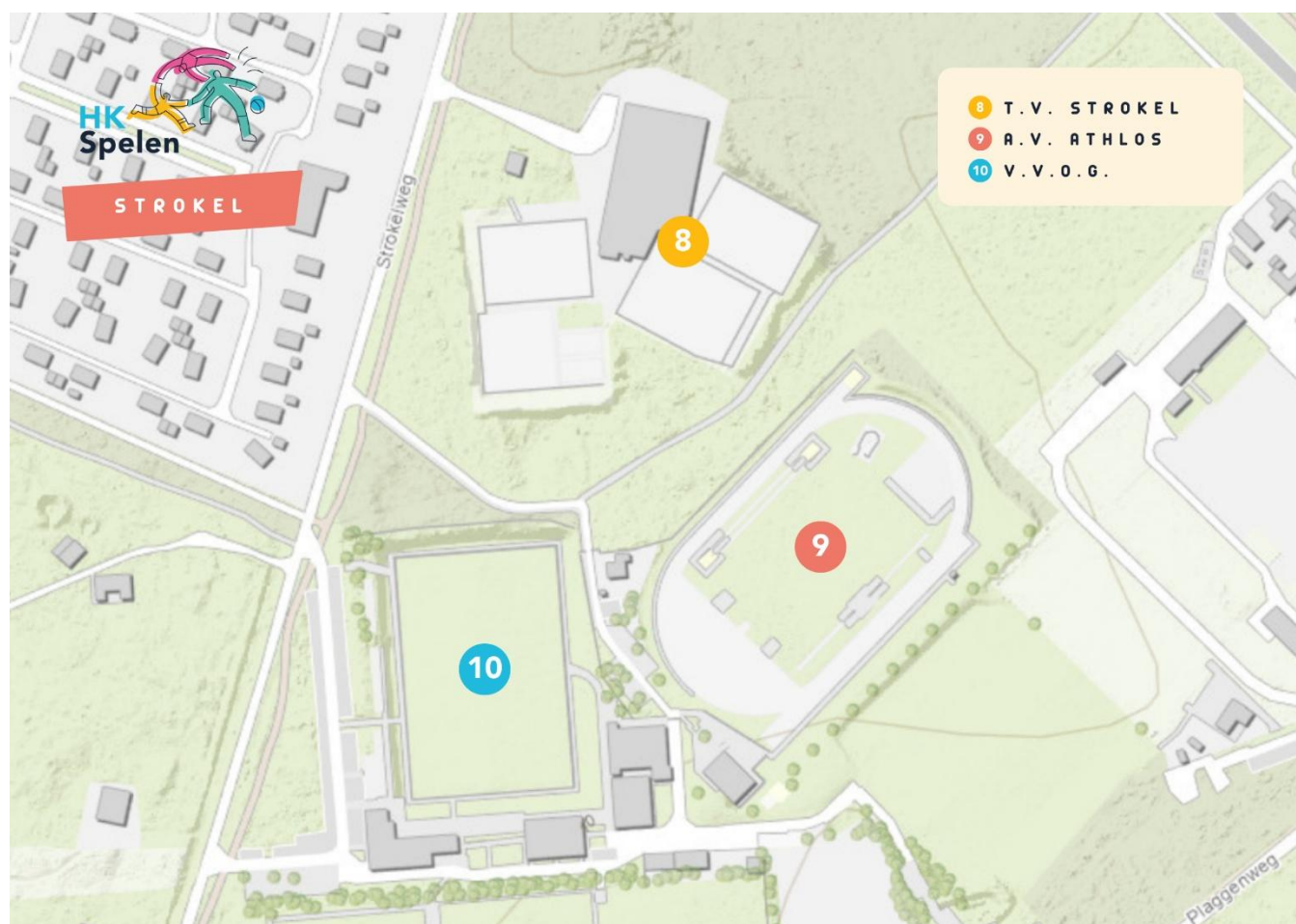
Tijdens het grote eindspel wordt er een andere puntentelling gebruikt. Hierover ontvangen jullie op een later moment meer informatie.

0700-0730	Volleybal	Badminton			Atletiek
0730-0800	2 vrouwen 4 mannen	1 man 1 vrouw	Schietsen	Boogschieten	1 man 1 vrouw
0800-0830	Sporthal de Sypel	Sporthal de Sypel	1 man 1 vrouw	1 deelnemer	AV Athlos
0830-0900	zaal 2	zaal 3	Willem - Tell	Grasveld Parkweg	07.00-09.00
	07.00-09.00	07.00-09.00	07.30-09.00	07.30-09.00	
0900-0930			Padel & tennis		
0930-1000	Puzzelen	Voetbal	2 deelnemers	Jeu de boules	
1000-1030	4 deelnemers	6 deelnemers,	TV Strokel	1 man 1 vrouw	
1030-1100	Sporthal de Sypel	minimaal 2 vrouwen	09.00-11.00	Bielleggers	
1100-1130	zaal 2	V.V.O.G.		09.30-11.30	
	09.30-11.30	09.30-11.30			
1130-1200					
1200-1230	Gezamenlijke pauze en lunch				
1230-1300					
1300-1330					
1330-1400					
1400-1430	Rolstoel basketbal	Crossfit/Hyrox	Hockey		Kanoën
1430-1500	4 deelnemers	1 man 1 vrouw	5 deelnemers,		1 man 1 vrouw
1500-1530	Sporthal de Sypel	ledema en de	minimaal 1 vrouw		Kanovereniging
	zaal 3	Parkweg	MHC de Mezen		Dolfijn
	13.30-15.30	13.30-15.30	13.30 - 15.30		13.30-15.30
1530-1600			Camping-games	Beachvolleybal	Suppen
1600-1630	Tafeltennis	Truckpull	4 deelnemers	4 deelnemers,	1 man 1 vrouw
1630-1700	1 deelnemer	2 mannen 2 vrouwen	Grasveld de	minimaal 2 vrouwen	Strandeiland
1700-1730	T.T.V Harderwijk	Parkeerplaats de	Parkweg	Beacharena VVH	15.30-17.30
	15.45-17.45	Sypel	15.30-17.30	15.30-17.30	
1730-1800		15.45-17.45			
1800-1830	Eindspel				
1830-1900	minstens 10 deelnemers - Sporthal de Sypel, zaal 3				
	18.00 - 19.00				
1900-.....	Prijzuitreiking & afsluiting in sportcafé de Sypel				



Plattegronden







Sport- en spelregels

- Je speelt meerdere wedstrijden in een poule.
- We spelen 6-6; minimaal 2 vrouwen per team tijdens het spel in het veld.
- Elk team mag de bal maximaal 3 keer spelen voordat hij over het net gaat.
- De bal moet zuiver geraakt worden; vasthouden of gooien is niet toegestaan.
- Tijdens het spel mag je het net niet aanraken.
- Punten worden elke rally gescoord.
- De bal is uit als hij buiten de lijn landt.

Puntentelling

- Elke rally levert 1 punt op (rallypoint), ongeacht wie er serveert.
- Winst = 2 punten, verlies = 0 punten. We spelen totdat de tijd stopt.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Zandschoenen
- Sportkleding

Begeleiding

De activiteit wordt begeleid door vrijwilligers van VVH i.s.m. GA! Harderwijk. Tijdens de wedstrijden zelf de scores bijhouden en doorgeven.

Locatie

Sporthal de Sypel, zaal 1

Tournify

HK spelen - Volleybal



Sport- en spelregels

- We spelen bij badminton dubbelspel.
- Je speelt meerdere wedstrijden in een poule.
- De opslag moet altijd schuin (diagonaal) naar het juiste servicevak van de tegenstander.
- Servicevolgorde en rotatie
Bij het winnen van een punt houd je de service en wisselen de spelers van kant in het eigen vak.
- Samen spelen (om-en-om niet verplicht)
Anders dan bij sommige gymvormen mogen spelers achter elkaar meerdere slagen maken, maar goed samenspel is belangrijk.
- In dubbelspel gebruik je de brede zijlijnen en de lange achterlijn (groter veld dan enkelspel).

Puntentelling

- Elke rally levert 1 punt op (rallypoint), ongeacht wie er serveert. Winst = 2 punten, verlies = 0 punten. We spelen totdat de tijd stopt.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Zandschoenen
- Sportkleding

Begeleiding

De activiteit wordt begeleid door vrijwilligers van BCH i.s.m. GA! Harderwijk.

Locatie

Sporthal de Sybel, zaal 3

Tournify

HK spelen - Badminton



Sport- en spelregels

- Probeer samen met je teamgenoot een zo hoog mogelijke score te behalen.
- Uiteraard mag er eerst een paar keer geoefend worden.

Puntentelling

- Elke speler mag 3 rondes schieten.
- Alle scores worden uiteindelijk bij elkaar opgeteld.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

n.v.t.

Begeleiding

De activiteit wordt begeleid door de vrijwilligers van Willem Tell i.s.m. GA! Harderwijk.

Locatie

Willem Tell, Parkweg 1



Sport- en spelregels

- Probeer bij boogschieten een zo hoog mogelijke score te behalen.
- We schieten 6 sets per deelnemer.
- 2 sets op 10 meter, 2 sets op 15 meter en 2 sets op 20 meter.

Puntentelling

- Elke speler mag 5 sets (5 x 3 pijlen) schieten.
- Alle scores worden uiteindelijk bij elkaar opgeteld.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

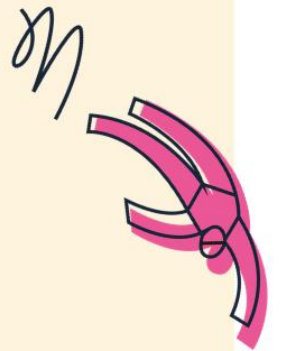
n.v.t.

Begeleiding

GA! Harderwijk begeleidt de activiteit.

Locatie

Grasveld Parkweg



Sport- en spelregels

- Je speelt meerdere wedstrijden in je poule.
- Doel van het spel
Gooi de bal zo dicht mogelijk bij het kleine balletje (de but).
- Om de beurt gooien
Het team dat het verst van de but ligt, is steeds aan de beurt om te gooien.
- Voeten in de cirkel
Je moet gooien met beide voeten in de werpcirkel en ze op de grond houden tot de bal de hand heeft verlaten.

Puntentelling

- Na elke ronde krijgt één team punten:
1 punt per bal die dichterbij de but ligt dan de beste bal van de tegenstander.
- Je speelt totdat de tijd voorbij is. Je mag wel de ronde nog afmaken.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

-

Begeleiding

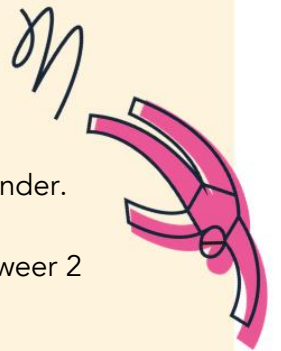
De activiteit wordt begeleid door HKB'84 i.s.m. GA! Harderwijk.

Locatie

HKB'84 – Harderwieker Bielleleggers, Parkweg 6a

Tournify

HK spelen - Jeu de boules





PUZZELEN

Sport- en spelregels

- Maak met je team de legpuzzel van 1000 stukjes.

Puntentelling

- Degene met de beste score (tijd) krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

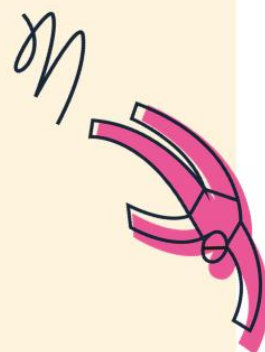
- Vergeet je lenzen en leesbril niet.

Begeleiding

GA! Harderwijk begeleidt de activiteit.

Locatie

Sporthal de Sypel, zaal 3



Sport- en spelregels

- Je speelt meerdere wedstrijden in een poule.
- We spelen op kunstgras.
- We spelen 6-6; minimaal 2 vrouwen tijdens het spel in een team.
- We spelen **zonder** buitenspel.
- Wanneer de bal uit is, wordt er ingetrapt of ingedribbeld.

Puntentelling

- Winst = 3 punten, gelijkspel = 1 punt en verlies 0 punten
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Bij voorkeur voetbalschoenen, maar anders sportschoenen met grip
- Scheenbeschermers verplicht

Begeleiding

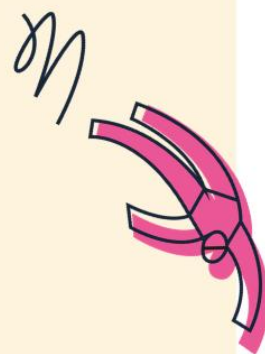
GA! Harderwijk begeleidt de activiteit. De begeleiding van de wedstrijden ligt in de handen van de spelende teams. Graag zelf de scores bijhouden en deze doorgeven aan onze GA! coach ter plekke.

Locatie

V.V.O.G. Strokelweg 5

Tournify

HK spelen - Voetbal



Sport- en spelregels Padel

- Padel speel je altijd 2 tegen 2 (dubbelspel).
- De opslag moet onderhands en diagonaal in het servicevak van de tegenstander, na één stuit.
- Na elke set schuift de opslag op naar een nieuwe speler (tegenstander).
- De bal mag via de glazen wanden gespeeld worden, maar moet eerst in het veld stuiten voordat hij de wand raakt.
- De bal mag maximaal één keer stuiten voordat je hem terugslaat.

Sport- en spelregels Tennis

- Samenspel (2 tegen 2)
- Service mag onderhands of bovenhands
- De bal mag maximaal één keer stuiten voordat je hem terugslaat.

Puntentelling

- Je telt punten als bij tennis: **15 – 30 – 40 – game.**
- Bij 40-40 (deuce), moet je 2 punten achter elkaar winnen om de game te winnen.
- Wint een speler/team het punt na deuce, dan heet dit voordeel. Hierna moeten ze nog een punt scoren om de game te winnen. Verliest een speler/team het punt na deuce, dan heet dit nadeel.
- Graag doortellen (in games) totdat de tijd voorbij is.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Bij voorkeur sportschoenen met grip.
- Je mag je eigen padel-/tennisrackets meenemen, maar wij hebben ze ook klaarliggen.

Begeleiding

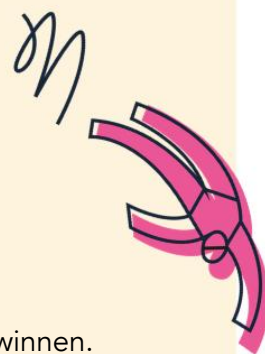
Graag zelf de scores bijhouden en deze doorgeven aan onze GA! coach ter plekke.

Locatie

T.V. de Strokel, Strokelweg 1-3

Tournify

HK spelen – Tennis/padel



Sport- en spelregels

- We spelen bij atletiek een 4-kamp met de volgende onderdelen:
 - Verspringen
 - Kogelstoten
 - Estafette 400 mtr.
 - Sprint 100 mtr.
- Per onderdeel worden de specifieke regels uitgelegd op de dag zelf.
- We draaien gezamenlijk door van onderdeel naar onderdeel.

Puntentelling

- Bij elk onderdeel krijg je een score, deze wordt opgeteld bij de score van je teamgenoot.
- De scores van alle vier de onderdelen worden bij elkaar opgeteld.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Bij voorkeur sportschoenen met grip, **geen** voetbalschoenen

Begeleiding

De activiteit wordt begeleid door AV Athlos i.s.m. GA! Harderwijk.

Locatie

Athlos, Strokeweg 3





ROLSTOELBASKETBAL

Sport- en spelregels

- We spelen 4 tegen 4.
- Je speelt meerdere wedstrijden in je poule.
- Wanneer de bal uit is, wordt deze ingegooid door het andere team.
- Met de bal op schoot mag je maximaal tweemaal aan de wielen duwen. Hierna moet je de bal minstens éénmaal dribbelen of overspelen.
- Je mag de rolstoel pushen en tegelijkertijd met de bal dribbelen. Zodra je de bal op-pakt, gelden direct de regels voor de loopbeweging.
- Bal uit de handen slaan is niet toegestaan.

Puntentelling

- Per doelpunt krijg je 1 punt.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Zaalshoenen

Begeleiding

De activiteit wordt begeleid door Devedo i.s.m. GA! Harderwijk.

Locatie

Sporthal de Sypel, zaal 3

Tournify

HK spelen - Rolstoelbasketbal



Sport- en spelregels

- Er wordt gewerkt in duo's. De verdeling tussen je duo is vrij, alleen het hardlopen gebeurt samen.

Onderdelen

- Station 1 - **SkiErg** – 1000 m
- Station 2 - **Sled Push + Pull Combo** 10 x met 105 KG
- 800 mtr. run
- Station 3 - **Farmers Carry** 2 x 16 KG – 200 m
- Station 4 - **RowErg** - 1000 m
- 800 mtr. run
- Station 5 - **Burpee Broad jumps** - 80 m
- Station 6 - **Sandbag Lunges** 10 KG – 80 m
- 800 mtr. run
- Station 7 - **Wall Balls** 4 kg – 80 reps – Finish!

Hardlopen

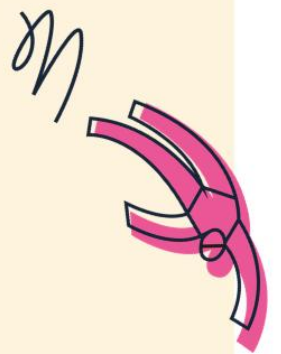
- Samen starten en samen aankomen.
- Maximaal 10 meter tussen de partners.

Stations

- Werk mag vrij verdeeld worden.
- Wisselen wanneer gewenst.
- Totaal aantal meters/reps moet volledig worden afgewerkt.
- Sled pull (vak van 2 meter waarin je moet trekken)
- Burpee broad jumps (beide voeten tegelijk landen bij springen en tijdens het over-eind komen mogen de voeten niet voorbij de handen geplaatst worden).
- Lunges: Knie moet bij elke rep de grond aantikken. Sandbag mag niet van de schouders af tijdens dit station).

Bijzondere wissels

- Farmers Carry → wisselen door KB's neer te zetten waarna partner deze weer op-pakt.
- Lunges → Sandbag mag de grond niet raken





Voorbeeld

- SkiErg 1000 m → vrouw 400 m, man 600 m.
- Wall Balls 80 reps → vrouw 30, man 50. (Je mag ook meerdere keren wisselen)

Puntentelling

- Het team met de snelste tijd krijgt de hoogste score.

Kledingvoorschriften

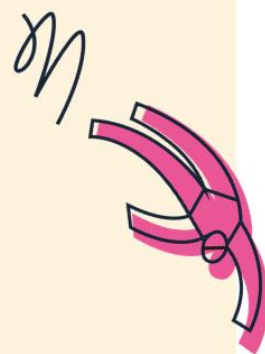
- Sportkleding, aangepast op de temperatuur.
- Hardloopschoenen

Begeleiding

De activiteit wordt begeleid door sportcentrum ledema i.s.m. GA! Harderwijk.

Locatie

In- en rondom ledema





HOCKEY

Sport- en spelregels

- Je speelt meerdere wedstrijden in een poule.
- Er wordt gespeeld op kunstgras (zandveld).
- We spelen een kleinere vorm van hockey, 5 tegen 5, waarvan minimaal 1 vrouwelijke deelnemer. Iedereen is een veldspeler en er zijn geen keepers.
- De bal moet ten alle tijden laag blijven
- We spelen met een hockeystick. Gebruik alleen de **platte kant** van de hockeystick. De bal mag met niets anders dan de hockeystick aangeraakt worden.
- Scoren doe je in de kleine doeltjes.

Puntentelling

- Winst = 3 punten, gelijkspel = 1 punt en bij verlies krijg je 0 punten.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

De bal is hard dus zorg voor **scheenbeschermers** en een **bitje**. Dat laatste is eventueel te koop op de hockeyclub. Je speelt op kunstgras. **Harde noppen zijn verboden** maar een schoenen met een beetje grip is wel handig.

Begeleiding

De wedstrijden worden begeleid door vrijwilligers van MHC de Mezen i.s.m. GA! Harderwijk. Niet iedereen heeft ervaring met fluiten dus wees sportief en volg de instructie van de scheidsrechters.

Locatie

Hockeyclub MHC De Mezen, Parkweg 8

Tournify

HK spelen - Hockey



Sport- en spelregels

- Bij het kanoën doen we een teamestafette rondom het Dolfinariumeiland, zie plattegrond.
- Speler 1 start, vaart het rondje wisselt dan af met speler 2.

Puntentelling

- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

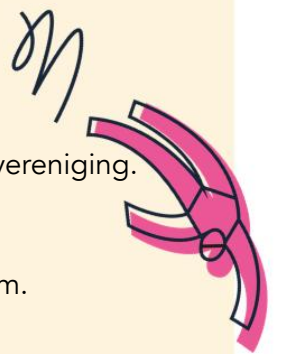
- Bij voorkeur badkleding mét een shirt eroverheen.
- De kano's inclusief zwemvesten (verplicht) worden verzorgd door de kanovereniging.

Begeleiding

Vrijwilligers vanuit kanovereniging de Dolfijnen zullen de activiteit begeleiden i.s.m. GA! Harderwijk

Locatie

Kanovereniging de Dolfijnen, Strekdam 51



Sport- en spelregels

- Je speelt meerdere wedstrijden in een poule.
- Tafeltennis speel je 1 tegen 1, waarbij je na iedere game wisselt van kant.
- Een service vindt plaats door het balletje omhoog te gooien. Van belang is dat de bal bij de opslag altijd zichtbaar blijft voor de tegenstander.
- Wie mag beginnen met serveren bepaalt het lot. Meestal wordt dat gedaan door de tegenstander te laten kiezen in welke hand het balletje zit. Daarbij worden beide handen onder tafels gehouden. De winnaar mag beginnen. Na twee keer serveren gaat de service naar de tegenstander.

Puntentelling

- Je wint een punt als de bal de tafelhelpt van de tegenstander raakt en de tegenstander hem niet meer naar jouw helft terug kan spelen.
- We spelen op tijd. Winst = 2 punten, gelijkspel = 1 punt en verlies 0 punten.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Zandschoenen
- Sportkleding

Begeleiding

De wedstrijden worden begeleid door vrijwilligers van TTV Harderwijk i.s.m.

GA! Harderwijk

Locatie

T.T.V. Harderwijk, Vondellaan 26

Tournify

HK spelen - Tafeltennis



Sport- en spelregels

- Probeer met je team van 4 personen, 2 man & 2 vrouw, de snelste tijd neer te zetten.
- Je moet de truck trekken tot het voorwiel de lijn is gepasseerd, dan stopt de tijd.
- We 'trekken' 2 heats, dus je kan proberen je eerste tijd te verbeteren.

Puntentelling

- Degene met de beste score (tijd) krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

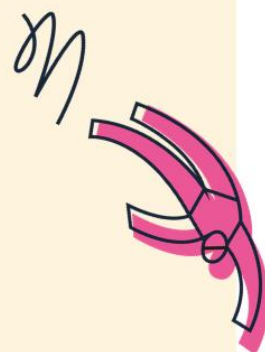
- Bij voorkeur stevige schoenen met veel grip

Begeleiding

GA! Harderwijk begeleidt de activiteit i.s.m. met Post Harderwijk

Locatie

Skeelerbaan, Parkweg



Sport- en spelregels

- Bij dit onderdeel spelen we 3 verschillende camping games:
 - KUBBS – zie Spelregels Kubb spel
 - Cornhole – zie Spelregels cornhole
 - Kan-jam – zie Spelregels Kan-jam

Puntentelling

- Bij winst krijg je 2 punten en bij verlies 0.
- We spelen op tijd, maar de beurt mag afgemaakt worden.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Campingstyle 😊

Begeleiding

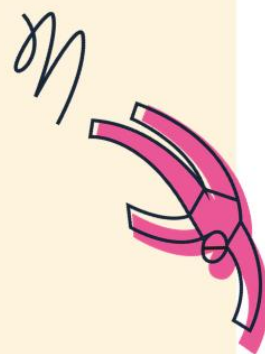
GA! Harderwijk begeleidt de activiteit.

Locatie

Grasveld Parkweg

Tournify

Grasveld, Parkweg



Sport- en spelregels

- Je speelt meerdere wedstrijden in een poule.
- 4 deelnemers waarvan minimaal 2 vrouwen.
- Je mag als team in een rally de bal maximaal 3x raken, dit is inclusief jullie fantastische blok.
- Het doel is om de bal bij de tegenstander, tussen de lijnen op de grond te krijgen.
- We spelen op tijd, wanneer de tijd voorbij is mag je de rally afmaken.

Puntentelling

- Je krijgt een punt als de bal bij de tegenstander op de grond komt. Naast het punt krijg je ook het recht om te serveren. We tellen door totdat de tijd stopt.
- Degene met de beste score krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt weer 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Op blote voeten.

Begeleiding

De wedstrijden worden begeleid door vrijwilligers van VVH Beach i.s.m. GA! Harderwijk.

Locatie

VVH Beach

Tournify

HK spelen - Beachvolleybal



Sport- en spelregels

- Bij het suppen doen we, net zoals bij het kanoën, een teamestafette.
- Elk teamlid moet 2 rondjes afleggen.
- We suppen 2 heats/rondes, dus je kan je eerste tijd verbeteren. De beste teamtijd telt uiteindelijk.
- What's Sup zorgt voor de sups & peddels, zodat we allemaal dezelfde hebben.

Puntentelling

- Het team dat als eerste binnenkomt krijgt de meeste punten, de nummer 2 krijgt 2 punten minder etc.

Kledingvoorschriften

- Kleding dat nat mag worden.
- Blote voeten.

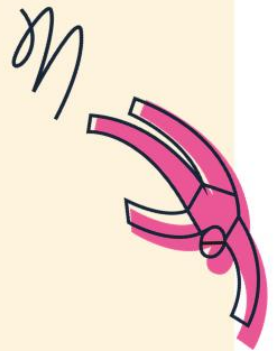
Begeleiding

GA! Harderwijk begeleidt de activiteit.

Locatie

Strandeiland

Bij de container van 'What's Sup', aan het einde van het strandeiland voorbij Walhalla.



Sport- en spelregels

- Tijdens het grote eindspel worden er 4 rondes gespeeld:
 - GA! Geheugentrainer, 5 deelnemers
 - GA! Pubquiz, 5 deelnemers
 - GA! Alleskunner, 5 deelnemers
 - GA! Estafette, 5 deelnemers

Elk teamlid zal meedoen, belangrijk om diegene dus in zijn/haar kracht te zetten! Wanneer je minder deelnemers hebt, mogen deelnemers meedoen aan 2 onderdelen.

Puntentelling

- Per ronde zijn er verschillende punten te behalen. Hoeveel punten per onderdeel, dat hoor je op de dag zelf.

Kledingvoorschriften

- Sportkleding met zandschoenen
- Belangrijk: bij de pubquiz **moet** er één (opgeladen) telefoon aanwezig zijn.

Begeleiding

GA! Harderwijk begeleidt de activiteit.

Locatie

Sporthal de Sypel, zaal 1

