In estafette spelen staan de spelers achter elkaar in rijen en in gelijke aantallen. De nummers één van elke groep lopen naar punt B. Dit is voor elke groep even ver. Ze moeten er of omheen, of vervullen er een opdracht.
Daarna lopen ze zo snel mogelijk terug en tikken de nummers twee aan, die dan weer van vooraf aan beginnen.
Belangrijk bij een estafette zijn de volgende punten:
Keerpunt = Een vast punt
Eindpunt = Een vaste lijn waarachter de groep staat
Veiligheid = laat nooit tot aan een muur lopen in verband met niet tijd kunnen stoppen, doorschieten etcetera.
Uitgangspunt = Het is een groepsgebeuren, niet gericht op individueel presteren.

De volgende spellen zijn leuke ideeën voor estafettes

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | [Loopestafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#01)[Gemengde estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#02)[Baldribbelestafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#03)[Brug Estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#04)[Werpbal Estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#05)[Treinrace](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#06)[Olifant en ruiter estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#07)[Banken estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#08)[Uitbeeldings estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#09)[Letter estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#10)[Teken estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#11)[Verscheurde krantenwereld estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#12) | [Kaakjeskoers](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#13)[Locomotief](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#14)[Dronkemans estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#15)[Olifanten estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#16)[Licht estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#17)[Uitputtingsestafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#18)[Doorgeef estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#19)[Toren estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#20)[Hoed op en af estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#21)[Dozen estafette](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#22) |

|  |
| --- |
| *Loopestafette* |
|

|  |
| --- |
| De diverse groepjes zijn van gelijke aantallen en staan achter een lijn opgesteld. Op startteken loopt nummer één van iedere groep naar de overzijde en om het keerpunt terug naar de groep. Daar wordt nummer twee getikt die de opdracht eveneens uitvoert. En ga maar door. De spelers die hebben gelopen sluiten achter de eigen groep aan. De groep die het snelst weer in de oorspronkelijke opstelling staat, wint deze estafette. |

 |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Gemengde estafette* |
| De diverse groepjes zijn van gelijke aantallen en staan achter een lijn opgesteld. Op het startteken van de spelleider lopen nummers één van de groep naar de overzijde en om het keerpunt terug. Na het tikken van nummer twee gaat deze bijvoorbeeld huppelen, nummer drie maakt onderweg een koprol, nummer vier doet de kreeftloop, nummer vijf hinkt, en nummer zes de snelloop.De groep die het snelst weer in de oorspronkelijke opstelling staat, wint deze estafette. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Baldribbelestafette*  |
| Een speelruimte van ongeveer vijftien meter lengte en tien meter breedte. Op twee meter afstand is een keerpunt aangegeven. De diverse groepjes zijn van gelijke aantallen en staan achter een lijn opgesteld. Iedere eerste speler van de groep heeft een bal. Op startteken van de spelleider loopt nummer één van iedere groep naar de overzijde en weer terug en dribbelt daarbij met de bal. Bij terugkomst moet de bal worden gegeven aan de volgende speler van de groep en ga maar door. Welke groep doet dit het snelst? |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Brug estafette* |
| Twee groepen spelers staan gebukt achter elkaar. Iedere speler houdt zijn voorganger bij het lichaam vast. De laatste moet over de ruggen van de anderen naar voren. Zodra hij de grond raakt, roept hij luid “af”. Dan is de volgende aan de beurt. De partij die als eerste helemaal rond is, heeft gewonnen.. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Werpbal estafette* |
| Twee groepen staan naast elkaar in een rij opgesteld achter een lijn. Evenwijdig aan deze lijn is op 25 meter afstand een tweede lijn getrokken. Op het teken van de spelleider begint de eerste speler van elke partij te rennen en gooit, zodra hij de lijn aan de overkant heeft bereikt, een tennisbal naar de eerstvolgende speler van zijn partij. Deze moet proberen de bal achter de lijn te vangen of hem op een of andere manier te pakken te krijgen zodat hij evenals zijn voorganger naar de andere kant kan lopen. Ook hij gooit de bal terug. ZO gaat het maar door, tot uiteindelijk ook de laatste aan de overkant is. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Treinrace* |
| De groepjes zijn van gelijke aantallen en staan achter een lijn achter elkaar opgesteld. Op startteken loopt nummer één van de groep naar de overzijde en weer terug. Bij de startlijn geeft nummer één aan nummer twee een hand, en beiden lopen de afstand. Zo koppelen de spelers om beurten aan zodat uiteindelijk de gehele groep gezamenlijk de afstand loopt (met beide handen vast) De groep die als eerste in de beginopstelling terug is, wint de race. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Olifant en ruiter estafette* |
| De diverse groepjes zijn van gelijke aantallen en staan achter de startlijn opgesteld. Voor iedere groep is op ongeveer 10 meter afstand de eindlijn aangegeven. Éen van de spelers is de zogenaamde ruiter, de anderen in het groepje zijn de olifanten. Op het startteken springt iedere ruiter op de rug van de eerste speler van zijn groepje. Nummer één brengt de ruiter naar de overzijde, waar de ruiter afspringt en terug loopt om de volgende olifant te halen (nummer twee). Alle paarden blijven bij de eindlijn wachten. Welke groep heeft als snelst alle paarden aan de overzijde? Het dragen van spelers moet vooraf goed geoefend zijn. Het opstijgen moet achter de startlijn plaatsvinden. Het afspringen mag pas als de eindlijn is gepasseerd. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Banken estafette* |
| Vier banken zijn zo geplaatst dat er een vierkant ontstaat. De deelnemers worden in groepen verdeeld, bijvoorbeel één en twee, die tegenover elkaar op de bank plaatsnemen. De spelleider staat in het midden van het vierkant. Hij houdt zijn armen horizontaal zijwaarts zoals een verkeersagent. Hiermee wordt de richting bepaald voor de groepen. De linkerarm geeft de richting van groep één aan. De rechterarm voor groep twee. De spelleider draait rond en stopt dan met zijn armen horizontaal. De groepen één en twee moeten nu zo snel mogelijk in de richting lopen en op de bank gaan zitten die door de armen één en twee worden aangegeven. Dus groep één richting arm één en groep twee richting arm twee. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Uitbeeldings estafette* |
| Gelijke groepjes van bijvoorbeeld zes deelnemers zitten in een kring op de grond. De spelleider laat een kaart met namen van beroepen zien, deze moeten de spelers om beurten voor de eigen groep uitbeelden. Bij het uibeelden mag natuurlijk niet wordne gepraat. De groep moet raden, welk beroep wordt uitgebeeld. Welke groep heeft alle beroepen geraden? |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Letter estafette* |
| De groepen staan naast elkaar achter een lijn opgesteld. Voor elke speler is er een letter. De spelleider roept een woord. Dat woord moet door de groep, met letters die de spelers al hebben, worden gevormd. De spelers met de betreffende letters van een woord moeten zich tussen twee pionnen opstellen met het gezicht naar de groep gekeerd, zodat het woord zichtbaar is. Maak de letters zelf: neem zes enveloppen. In elke envelop zitten de letters voor de groep. Ga uit van zes spelers per groep. Er zijn dan zes letters noodzakelijk. Neem hiervoor het woord: NEVELS. Zet elke letter op een vel papier (in blokletters), bijvoorbeeld A4-formaat. Begin met een woord van twee letters en bouw dit op tot zes letters. Zet een aantal voorbeelden op kaart, zodat ze gemakkelijk te gebruiken zijn, zoals EN, VEL, VEN, VEEL, LEVEN, NEVELS. Geef als laatste woord een doordenkertje, bijvoorbeeld EZEL. Als letter Z moet de letter N worden gebruikt, maar dan moet het een kwartslag worden gedraaid. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Teken estafette* |
| Je maakt gelijke groepjes van bijvoorbeeld zes spelers en die zitten aan tafels en hebben papier en vilstiften. Zij tekenen het opgegeven onderwerp voor hun eigen groep. De overige spelers moeten raden wat er wordt getekend. Wordt het onderwerp geraden, dan geeft nummer twee de uitslag aan de spelleider. Hij krijgt dan het volgende onderwerp om te tekenen. Vervolgens geeft nummer drie de uitslag, hij krijgt een nieuw onderwerp, etcetera.Welke groep heeft alle onderwerpen geraden? |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Verscheurde krantenwereld estafette* |
| De groepen staan opgesteld in de vorm van een cirkel. Elke groep krijgt een pagina van een krant. Deze pagiuna van de krant wordt vervolgens in zoveel stukken gescheurd als er deelnemers zijn. Iedereen krijgt een stuk en moet dat goed bekijken. Lezen, markante tekens onthouden, etc. Vervolgens gaat de spelleider alle stukken weer ophalen. Alle stukken worden door elkaar neergelegd in het midden van het speelveld: de cirkel. Alle nummers één mogen op teken van de spelleider hun stuk krant ophalen en voor de groep neerleggen. Dan gaat nummer twee. De stukken krant moeten door de groep weer als een puzzel in elkaar worden gelegd. Variatie: zelfde als hierboven, maar laat nu elke groep een vorm bedenken. In deze vorm worden de stukken van de krant gescheurd. Bijvoorbeeld rondjes, driehoeken, vierkanten, etcetera. Deze stukken worden weer in het midden gelegd. De groepen schuiven een plaats op. Stel nu met andermans stukken een stuk krant weer samen. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Haakjeskoers* |
| Twee spelers staan naast elkaar, nemen elkaar vast om het middel en haken de naast elkaar staande benen in elkaar. Slechts de twee buitenste benen mogen de grond raken. Zo moeten zij voortbewegen. Let wel: je mag niet tegelijkertijd met de twee voeten springen. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Locomotief* |
| De groep wordt verdeeld in twee groepjes. Beiden krijgen een parcours of eindpunt aangewezen dat even ver van de startplaats ligt. De twee ploegen stellen zich op: alle spelers achter elkaar (als een locomotief). Ze mogen enkel voortbewegen als de voorste speler een brandende lucifer (of zaklamp) vasthoudt. Als de lucifer uitgaat,(of de zaklamp uitknipt) moet de eerste speler naar achter en kan de tweede speler (die ondertussen de voorste geworden is) een nieuwe lucifer aansteken.De ploeg die als eerste bij het eindpunt aankomt, is gewonnen. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Dronkemans estafette* |
| Estafette waar op het eindpunt snel een aantal keren gedraaid moet worden om een voorwerp. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Olifanten estafette* |
| Iedere speler heeft één touwtje. De eerste speler rent naar een stoel en bindt daar touwtje aan vast. De volgende spelers verlengen dat touw met hun touwtje. De laatste trekt de stoel naar de overkant van het speelveld |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Licht estafette* |
| Bij dit spel moet een brandende kaars worden overgebracht. Een speler van de tegenpartij staat halverwege achter een soort lijntje en mag de kaars uitblazen. De persoon aan de overkant brengt de kaars weer terug en geeft het over aan de volgende. Welk groepje is het snelst?Variant: In bos, waxinelichtje in potje.(2)Twee posten, halverwege staan de uitblazers. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Uitputtings estafette* |
| Estafette waarbij naar een punt op vijf meter gerend moet worden, daar grond aantikken. Dan terug, en dan naar een punt tien meter ver. Dan terug en vervolgens vijftien meter. Dan de volgende van de ploeg |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Doorgeef estafette* |
| Estafette waarbij een bal langs een rij spelers verplaatst wordt. Als de bal achteraan is gekomen, rent deze speler met de bal naar voren in de rij en geeft de bal weer door. Iedereen rent een keer terug. Welke groep is het snelst? Kan met diverse handicaps.Variant 1: Spelers in cirkel, en geven twee (of meer) ballen door.Variant 2: Idem in tegengestelde richting.Variant 3: Idem, steeds 1 overslaan.Variant 4: Idem, meerdere partijen tegen elkaar. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Toren estafette* |
| De voorste neemt één plastic beker mee. Dan gaat de volgende, etc. Er moet een toren worden gebouwd. Hoogste toren heeft gewonnen. Als het omvalt, moeten alle bekers in één keer terug en dan opnieuw beginnen.Variant 1: Met speelkaarten. Mogen niet gevouwen.Variant 2: Velletjes A4, die gevouwen mogen worden. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Hoed op en af estafette* |
| De groep wordt verdeeld in kleine groepjes, minimaal vier per groepje. De spelers in het groepje gaan achter elkaar staan. De eerste speler doet zijn hoed op, doet deze weer af en doet deze bij twee op, deze doet hem weer af, bij drie op etc. Welke groep is het eerste klaar?Variatie: Je kan de estafette uitbreiden door de laatste de hoed weer bij de eerste op te laten doen en zo weer verder. Spreek af hoe lang er gespeeld wordt. Hoe vaak is de hoed heen en weer geweest? I.p.v. een hoed kun je ook een das, sjaal of pet nemen die telkens moet worden op- en afgezet, of kledingstuk dat aan en uit moet. |
|  | [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/estafettespelletjes/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Dozen estafette* |
| Deel de ploeg in twee. Elk team kruipt in een grote kartonnen doos, zodat ze zich zo comfortabel mogelijk kunnen bewegen. Nu wordt er in estafette zo snel mogelijk een afstand afgelegd. Sneuvelt de doos, dan vliegt de ploeg terug en moeten de doosvaarders in een nieuwe doos beginnen. |