

Slow Motion Relay

This is a typical relay race, with one catch!



All Ages

Number of players: 2 or more

Materials Needed:

Arms and legs! Tape or string to mark start and finish.

Directions:

Mark a race course in a large room. Mark a start and finish line. Create two teams. Each player about to race bends over and grabs their ankles. As players run the course, they must hold on to their legs at the ankles. Anyone who lets go while racing must run back to the beginning and start over.

The first team to cross the finish line wins!

Carrera de relevos en cámara lenta

Esta es una típica carrera de relevos ;con una jugada!



Todas las edades

Número de jugadores: 2 o más

Materiales necesarios:

¡brazos y piernas! Cinta adhesiva o cordón para marcar la salida y la meta.

Instrucciones:

Marque una pista de carreras en una habitación grande. Marque la línea de salida y la meta. Forme dos equipos. Antes de salir, cada jugador debe agacharse y cogerse de los tobillos. Conforme van corriendo en la pista, los jugadores deben ir cogiendo sus piernas a la altura de los tobillos. Cualquiera que suelte los tobillos mientras está compitiendo, debe regresar corriendo al principio de la pista y empezar otra vez.

¡El primer equipo que cruce la meta gana!