

[1]

LASCOM

AKTIVITETER



Sumo Brottning

Både inom- och utomhus

Prova den gamla adliga Sumo Brottningen, deltagarna klär ut sig i en sumobrottaredräkt och brottas mot varandra enligt sumoreglerna på en mjuk matta. Ett perfekt tillfälle att löneförhandla med chefen eller rensa luften med en arbetskollega. Lagtävlingar där alla möter alla eller individuella utslagstävlingar.

- Tidsåtgång: 0,5 till 1,5 timmar
- Antal personer: 4 – 60 (20/matta)
- Minsta ytan 8 x 8m
- Fritidskläder efter väder, inga skor på mattan

•Vi har graderat våra olika aktiviteter beroende på hur fysiskt krävande de är mellan skala 1 till 5, 1 = är inte fysiskt krävande och 5 är fysiskt krävande. **Denna aktivitet = 3 - 4.**

