



**Søaktiviteter**



**Kultøpionering**



**Pionering**



**Kristendom**



**Tovværk**



**Hike og ture**



**Handycraft**



**Opgaveløb**



**Orientering**



**Diverse**



**Natur**



**Sejlads**



[www.arresoe.dk](http://www.arresoe.dk)



**AKTIVITETER**  
*BESKRIVELSER*

***Dette hæfte indeholder en kort beskrivelse af de aktiviteter, ARRESØCENTRET råder over.***

***Aktiviteterne bliver dog til stadighed suppleret, hvorfor der på centeret vil være en ajourført fortegnelse over alle aktiviteterne.***

***De enkelte aktivitetsbeskrivelser kan rekvireres i forvejen hos nedenstående, ligesom evt. nærmere oplysninger kan fås her.***

***Centret råder efterhånden over et velassorteret materialeudbud, men generelt må man altid selv sørge for papir, farver, skrivemateriel, forbindelsessager o.lign. samt madvarer.***

***I de enkelte aktivitetsbeskrivelser vil det fremgå hvilke ting, man selv skal medbringe.***

***Information:  
Arresøcentret  
KFUM-spejderne  
Birgitte Rose  
Tlf.: 48 25 39 87  
E-mail: [br@arresoe.dk](mailto:br@arresoe.dk)  
Web: [www.arresoe.dk](http://www.arresoe.dk)***

***Nu har I set nogle af de muligheder for aktiviteter, der er på Arresøcentret. Alle disse aktiviteter er forberedte og nemme at bruge. Men der er selvfølgelig mange andre muligheder, når man er på lejr.***

***I Idéstalden er der bøger og materialer til inspiration.***

***Idéstalden er åben, når der er centerlejre.***

## N - 06 NATURENS EGNE FARVER

Plantefarvning som din oldemor *ikke* lavede det. En udfordring for den lille kemiker

## N - 07 NATURENS SPISEKAMMER

Gode idéer til at bruge det, man kan finde i naturen.

*Idéstalden rummer bøger, fangstketsjere o.m.m.*

**Centerlejr og kurser tilbyder desuden sejlads med optimistjoller og Megin-joller**

# A - SØAKTIVITETER



*For al aktivitet på søen gælder almindelige sikkerhedsregler — disse kan læses på hjemmesiden. Redningsveste kan lånes på centret og skal benyttes.*

## A - 01 TØMMERFLÅDE

Lille nem aktivitet, der kan bygges af nybegyndere i pionerfaget. En elementær viden om besnøringer må dog forudsættes. Flåden kan bære 3 spejdere ad gangen. Byggetid: ca. 1 time. Materialer: Forefindes på centret.

## A - 02 STOR TØMMERFLÅDE

En god aktivitet for en patrulje med en del erfaring i pionerarbejde. Flåden kan bære 6 spejdere ad gangen. Byggetid: ca. 3 timer. Materialer: forefindes på centret.

## A - 03 BORETÅRN

En stor aktivitet, som kun kan bygges af spejdere med en hel del erfaring i pionering, navnlig skal besnøringsteknikken være over standard. Flåden kan bære en hel patrulje ad gangen. Byggetid: ca. 4 timer. Materialer: forefindes på centret.

## A - 04 TØMMERFLÅDE

Forholdsvis nem aktivitet, der kan bygges af spejdere der har lidt erfaring i besnøringer. Flåden kan bære 3 spejdere ad gangen. Byggetid: ca. 1 time. Materialer: forefindes på centret.

## A - 05 FLYDENDE TÅRN

En god aktivitet for øvede spejdere, der ved, hvad det betyder at arbejde efter præcision og med grundighed.

Tårnet kan bære ca. 8 spejdere ad gangen.

Byggetid: ca. 2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## A - 06 TØMMERFLÅDE

En morsom og forholdsvis nem aktivitet, der kan bygges af nybegyndere i pionerfaget. En elementær viden om besnøringer må dog forudsættes.

Flåden kan bære 3 spejdere ad gangen.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret,

## A - 07 HAVHEST

Den simpleste af søaktiviteterne. Bygges der flere af slagsen, kan der etableres konkurrenceridning til søs.

Hesten kan bære 1 spejder ad gangen.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

# N - NATUR



## N - 01 BESKRIV ET VANDHUL

Ved hjælp af enkle spørgsmål og simple observationer, kan man undersøge et vandhuls kvalitet.

Materialer: ingen.

## N - 02 VANDHULLETS DYR PÅ KRYDS OG TVÆRS

En lille kryds og tværs, der viser ens viden om dyre- og planteliv i et vandhul.

Aktiviteten kræver man har arbejdet en del med emnet.

## N - 03 VANDKIKKERT

Beskrivelse af hvordan man kan fremstille en vandkikkert.

Vandkikkerten er særdeles god at have til andre aktiviteter om vandmiljø.

Materialer: Materialer til simpel model forefindes på centret. Hvis man ønsker at lave luksusudgaven, skal materialer medbringes.

## N - 04 DE SMÅ ØKOLOGER

En god regnvejrsaktivitet. Et brætspil, der lægger op til diskussion om økologi og miljø. Kan bruges af alle aldersgrupper. Til spillet er der et oplæg, dels som video og dels som bog. Videoen og bogen henvender sig til børn under 12 år.

Der kan lånes to spil til ca. 6 personer.

Materialer: Brætspil, bog og video, som findes på centret.

## N - 05 FLUERNE HAR BESKIDTE FØDDER

Dyrk bakterier fra fluens fødder. Aktiviteten tager en time, men resultatet kommer først et par dage senere.

## M - 07 FISKEGREJ

Centret har ti sæt fiskegrej, som I kan låne. Personer under 18 år skal ikke have fiskekort i Danmark, medmindre I tager til en put-and-take sø. Personer over 18 år skal købe fiskekort.

## M-08 KLODS-MAJOR

En samarbejdsopgave, der går ud på at få klodser med tal sat op i den rigtige rækkefølge.

Ulve fra 1-10 / spejdere fra 1 til 25.

Materialer: forefindes på centret.

## M - 09 VANDAKTIVITET

En lille aktivitet, hvor det gælder om at få mest muligt vand transporteret fra A til B – i små beholdere.

Der er 2 aktivitetsforslag. Aktiviteten kan også benyttes i forbindelse med et tema-løb—så er det måske "olie" eller en "anden væske", der skal transporteres.

Materialer: forefindes på centret.

## M - 10 DYRE-MEMORY

For de yngste. Store brikker, der kan tages med udenfor.

Kan også bruges som en post på et løb.

Materialer: forefindes på centret

## M - 11 SCORPIO

En lille hurtig aktivitet, hvor børnene skal igennem en bane med skorpioner - en blanding af samarbejdsopgave og huskespil.

Kan også bruges som en post på et løb - evt. med et tema.

Materialer: forefindes på centret.

## M - 12 EN SAMARBEJDSOPGAVE

Her er flere muligheder - opgaven løses med tagreuder samt vand eller en bold.

Kan også bruges som en post på et løb.

Materialer: forefindes på centret

# B - KULSØPIONERING



## Kulsøpionering: centerlejr og kurser

### B - 01 KULSØSAMLINGER

Kulsøpionering er en meget spændende aktivitet, men det kræver en del viden om brug af værktøj og forskellige samlinger af træ og er ikke egnet for mindre spejdere.

Denne aktivitet beskriver de grundlæggende principper i kulsøpionering og et par nemme øvelser for begyndere.

Det anbefales, at man sætter det meste af en dag af til dette, hvis man ikke har prøvet det før.

Materialer: forefindes på centret.

### B - 02 LYSESTAGE OG KNAGERÆKKE

To nemme små ting til patruljelokalet eller værelset. Det er individuelle aktiviteter, som nok kan beskæftige spejderne i 2-3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

### B - 03 HYLDE OG TOTEMPÆL

To lidt sværere aktiviteter til patruljelokalet, som kan udføres af to spejdere. Der er dog materialer til at flere hold kan arbejde samtidig.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

### B - 04 TOVVÆRKSSTIGE

En lidt større opgave for en patrulje. En god og lærerig aktivitet, der kan gavne patruljelokalet.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## **B - 06 RUMMAND**

En aktivitet, der kræver behændighed og kendskab til brug af værktøj. Aktiviteten kan beskæftige 3 spejdere.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

## **B - 07 LEJRMØBLER**

5 forskellige former for lejr møbler, som dog også kan anvendes i spejderlokalet.

Opgaverne er individuelle, men nogle af dem kræver en leders anvisning.

Byggetid: ca. 1 time pr. møbel.

Materialer: forefindes på centret.

# **M - DIVERSE**



## **M - 01 VOLLEYBALL**

Aktiviteten beskriver en volleyballbanes mål og spilleregler.

Materialer: forefindes på centret.

## **M - 02 BOLD-GOLF**

Spilles som mini-golf, men med bolde, der kastes.

“Hullerne” kan sættes op i både fladt, kuperet og bevokset område.

Materialer: forefindes på center.

## **M - 03 PERSONLIGE MÅL**

En god ting at kunne for alle.

Materialer: medbring målebånd.

## **M - 04 GAMLE DANSKE LEGE**

4 bøger til at kigge i med inspiration til lidt sjovt tidsfordriv.

Bøgerne indeholder 400 gamle danske lege.

## **M - 05 UDKLÆDNING TIL LEJRBÅL M.M.**

Hvis der skal lidt ekstra farver på lejrball og anden underholdning, er der en garderobe med diverse udklædningsgenstande.

## **M - 06 BANDORJURI**

Aktiviteter fra KFUM-spejdernes ulands-projekt i Indien.

Her forefindes en folder med nogle af idéerne, men korpsets pjecer findes også i Idéstalden.

Materialer: medbringes.

I Idéstalden findes også bøger/hæfter med aktivitetsforslag fra korpsets øvrige samarbejdsprojekter: Sierra Leone, Namibia og Mongoliet.

## L - 05 STJERNELØB I AUDERØD SKOV

For spejdere med nogen erfaring i brug af kort og kompas.  
13 poster ialt - fordelt på 3 sløjfer, så 3 deltagere kan starte samtidig.  
Længde: 4,4 km.

## L - 06 STAFETLØB I AUDERØD SKOV

For spejdere med nogen erfaring i brug af kort og kompas.  
13 poster i alt - indtegnes på 3 forskellige kort inden start.  
Længde: 4,4 km.

## L - 07 POINTLØB I FREDERIKSVÆRK SKOV

For spejdere med nogen erfaring i brug af kort og kompas.  
20 poster indtegnet på spejdernes kort inden start. Posterne tages i vilkårlig rækkefølge, men giver forskellige point.  
Max tid: 60 min.  
Længde: 5-6 km.

## L - 08 GPS-LØB

Jagten på Farao Cheops grav.  
Vi har 4 GPS'er.  
Løbet er lagt ud på centrets område.

# C - PIONERING



## C - 01 BESNØRINGER

Aktiviteten beskriver de grundlæggende principper i såvel de forskellige knob som besnøringer, der bør anvendes til pionersarbejder. Er spejderne ukendte med dette, kan der ud fra aktiviteten laves nogle gode øvelser.  
Materialer: forefindes på centret.

## C - 02 ANDRE BESNØRINGER

Her beskrives 3 lette besnøringer, nemlig: Japansk, Filipiner og drejebesnøring.  
Disse besnøringer er forholdsvis nemme at lære og kan anbefales til børn, der ikke har knobtræning.  
Materialer: forefindes på centret.

## C - 03 SØVNGÆNGERBJÆLKE

En meget nem lille aktivitet, der kan laves af mindre spejdere. Den kan desuden give anledning til individuelle eller patruljekonkurrencer bagefter.  
Materialer: forefindes på centret.

## C - 04 REBSTIGE

Lær at lave en rebstige korrekt, d.v.s. en, hvor trinene bliver, hvor det var tiltænkt. Der skal til mange aktiviteter bruges rebstige, derfor bør denne aktivitet indøves grundigt.  
Byggetid: ca. 1 time.  
Materialer: forefindes på centret.

## C - 05 SIMPEL BRO

En lille, hurtig aktivitet, som selv de mindste kan gennemføre. Der anvendes ikke besnøringer af nogen art.  
Materialer: forefindes på centret.

## C - 06 TRAPEZ

En god aktivitet for begyndere, som dog kan lave gode besnøringer.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

## C - 07 RULLEKRAN

En aktivitet der kræver, at man kan lave solide besnøringer og pløkførstærkninger.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

## C - 08 ABEBRO

En aktivitet for øvede spejdere, der kan arbejde med materialer i lidt større dimensioner, og som er øvede i opstramninger og förstærkninger.

Byggetid: ca. 2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## C - 09 SIGNALTÅRN

En af de større aktiviteter, som kun bør gennemføres med øvede spejdere. Aktiviteten kræver absolut perfekte besnøringer og spejdere, der kan håndtere tunge materialer.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## C - 10 SPISEBORD

En god aktivitet for spejdere, der gerne vil have en lejrplads med gode lejrarbejder. Aktiviteten bør dog kun gennemføres, såfremt lejren varer i flere dage.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

# L - ORIENTERING



Alle poster lægges ud af lederen efter anvisning på kort.

Husk at indhente tilladelse til løb i skovene 14 dage før.

**Vi forhandler med Skoven om tilladelse til O-løb i Auderød Skov—p.t. er det ikke muligt.**

## L - 01 O-LØB I AUDERØD SKOV

For begyndere. 12 poster, hovedsageligt stikkryds eller iøjnefaldende punkter tæt ved sti.

Længde: 2,8 km.

## L - 02 O-LØB I FREDERIKSVÆRKS KOVENE

For begyndere.

16 poster, hovedsageligt stikkryds eller iøjnefaldende punkter tæt ved sti.

Længde: 2,8 km.

## L - 03 O-LØB I FREDERIKSVÆRKS KOVENE

For spejdere med nogen erfaring i brug af kort og kompas samt kendskab til signaturforklaringer.

17 poster, lidt borte fra stier, men på tydelige punkter. Der er altid mindst 2 vejvalg, hvoraf den ene er sti el. lign.

Længde: 5 km. i luftlinie.

## L - 04 O-LØB MED UDMÅLINGER I FREDERIKSVÆRKS KOVENE

For spejdere med nogen erfaring i brug af kort og kompas. 11 poster udregnet i forlængelse af hinanden. Kompasretning og meter angives på små skilte på hver post.

Længde: 4,675 km.



### **K - 13 REJSE I VERDEN**

Der startes med at lave et pas (medbring evt. foto af børnene), hvorefter der "rejses rundt i verden" - med aktiviteter fra forskellige lande.

Materialer: forefindes på centret.

### **K - 14 KODE-LØB**

Et løb for spejdere, seniorer, rovere og ledere.

Enten efter kort eller som terning-løb.

Materialer: forefindes på centret.

### **K - 15 TERNING-LØB**

50 poster til juniorer, spejdere og seniorer.

Materialer: forfindes på centret.

### **K - 16 BALLON / BOMBE / BLOMSTER-LØB**

Posterne hænges op og indtegnes på et kort. Deltagerne får at vide at ballonerne / bomberne springer / blomsterne springer ud på forskellige tidspunkter—og så er posten væk.

Materialer forefindes på centret.

### **K - 17 VAMPYR**

I skal en tur ind i vampyrernes verden.

Aktiviteten kræver lidt forberedelse.

Materialer: hjemmefra forberedes en ulækker stinkende og tyk suppe, lavet af noget, der forgår i naturen—øvrige materialer forefindes på centret..

### **C - 11 VIPPEBRO**

En stor aktivitet, der kræver nogle spejdere, der kan håndtere tunge materialer, og som har nogen erfaring i besøringer.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

### **C - 12 SVINGKARRUSEL**

En stor aktivitet, der kræver absolut 1.klasses besnøringer, da det ellers ikke kan være ufarligt at lege med karrusellen.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

### **C - 13 VANDVOGN**

En forholdsvis nem aktivitet med brug af taljeblokke. Kan sagtens gennemføres også med mindre spejdere, hvis lederen er behjælpelig med opbygningen. En god aktivitet til at lege med bagefter.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

### **C - 14 ILDSLUKNINGSMASKINE**

En god konkurrencepræget aktivitet for patruljer, der mestrer alle knob, besnøringer og opkortninger.

Kan også udføres i nemmere udgave.

En morsom maskine at konkurrere med efter færdiggørelsen.

Byggetid ca. 2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

### **C - 15 SVINGKRRAN**

En god aktivitet til indøvelse i brug af taljetræk. Kræver ikke den helt store erfaring, men dog alligevel nogen kendskab til besnøringer m.m.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

## **C - 16 RUTSCHEBANE**

En morsom aktivitet, der dog kræver absolut sikkerhed i anvendelsen af forankringer og brug af taljetræk.

Byggetid: ca. 2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## **C - 17 VIPPEBRO**

En stor aktivitet, der kræver nogle spejdere, der kan håndtere tunge materialer, og som har nogen erfaring i besnøringer.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## **C - 18 TOVRUTSCHEBANE**

En stor aktivitet, der kræver omhyggelighed og præcision, da det ellers ikke kan være ufarligt med banen.

Byggetid: ca. 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## **C - 19 SWING BOAT**

En herlig gyng, der dog kræver solide besnøringer.

Byggetid: 3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## **C - 20 RODEO**

En simpel aktivitet som ikke kræver det store. "Tyren" består af en frit hængende bom, som man skal holde balancen på mens andre hiver i snorene.

Byggetid: 1 time.

Materialer: forefindes på centret.

## **C - 21 SAMARBEJDSOPGAVE**

Rafter I forskellige længder - ophængt I reb - hænges op efter hinanden. Opgaven går ud på at få rafterne til at hænge lige, så de ved domino-effekt kan vælte f.eks en spand med vand (der kunne eventuelt stå en leder under spanden).

Materialer: forefindes på centret.

## **K - 10 VANDPOSTELØB**

Aktiviteten er velegnet for MUS og mindre spejdere.

Aktiviteten beskriver et løb, som kan afvikles på centrets område. Opgaverne omhandler noget med vand, f.eks. kompas, woodcraft, vandkikkert, luftpudebåd, samlekims, kastning.

Posterne bemandes.

Tid: 2-3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## **K - 11 DIVERSE OPGAVE-LØB**

Til inspiration. Se dem i Idéstalden:

- Emil fra Lønneberg
- Zorro
- På togt med Ronja Røverdatter
- Ulve på ballonfærd
- Rejse til Tanzania
- Turisttur i Italien
- H.C.Andersen
- Lucky Luke
- Med Mowgli i junglen
- Jagten på ilden
- På tur i regnskoven
- På krydstogt i Middelhavet
- På sørøverfærd med Santa Rosa
- Jagten på Solguden
- På indkøbstur
- Spejderman.

Desuden: Vandløb, Brune bævere på bytur, Nordisk mytologi, Scoutland Yard og Udforsk naturen med Charles Darwin.

Til disse løb skal I selv sørge for materialer m.m..

## **K - 12 PIPPI LANGSTRØMPE**

En aktivitet med opgaver fra Pippis verden.

Materialer: forfindes på center.

## K - 06 ÅRET RUNDT

Aktiviteten beskriver et løb, der kan afvikles på centrets område. Opgaverne omhandler emner i forbindelse med de enkelte måneder.

Tid: 1-2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## K - 07 FLAGLØB

Aktiviteten beskriver et stjerneløb, som kan afvikles på centrets område. Posterne (både døde og levende) markeres med forskellige landes flag og består af opgaver, hvori der indgår brug af forskellige knob.

Tid: 1-2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## K - 08 MUS-LØB

Aktiviteten beskriver et løb, der kan afvikles på centrets område. Løbet henvender sig især til MUS og mindre spejdere. Posterne er levende og omhandler:

Spejderfællesskab - klar dig selv - kimsleg - morse - orientering - pionering.

Løbet er tidsbegrænset.

Tid: 2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## K - 09 MUS O-LØB

Aktiviteten kræver kun et meget begrænset kendskab til orientering.

Der løbes efter kompas, men kun efter de 8 hovedretninger: N, NØ, Ø, SØ, S, SV, V, NV. Løbet afvikles på centrets område.

Tid: efter behag.

Materialer: Kompas medbringes. Øvrige forefindes på centret.

# D - KRISTENDOM



## D - 01 HANDELSLEG

En god indendørs aktivitet, som dog kræver lidt forarbejde af lederen. Aktiviteten forsøger at gøre deltagerne opmærksomme på forholdet mellem rige og fattige lande.

Deltagere: antal 15-60, alder fra 12 år.

Materialer: må medbringes.

## D - 03 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Der blev lys.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

## D - 04 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Jeg er født.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

## D - 05 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Mine kammerater og mig.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

## D - 06 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Min familie og mig.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

## D - 07 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Min fremtid og mig.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

## D - 08 MORGENANDAGT

Andagt af ca. 15 min. varighed.

Færdigt manuskript.

Tema: Kirken og mig.

Materialer: Spejdersangbogen medbringes.

## D - 09 PÅ REJSE MED PAULUS

Indendørs aktivitet for lidt større spejdere. Det er dels en instruktion og øvelse i brug af kompasset og dels en belæring om, hvad Paulus' rejser betød.

Materialer: kompasset medbringes.

***Desuden skal det nævnes at der på centret forefindes et rigt og varieret udbud af forkyndelsesmateriale. Bl.a. det meste af KFUM-Spejdernes materiale, samt nye testamenter og forskellige sang- og salmebøger.***

# K - OPGAVELØB



## K - 01 POSTKASSELØB

Aktiviteten beskriver et løb, der kan afvikles på centrets område. "Opgaverne" i løbet er spørgsmål, der skal besvares skriftligt.

Tid: afhængig af posternes placering og antal. Ca. 1-2 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## K - 02 TERNINGELØB

Aktiviteten beskriver et løb, der afvikles som stjerne løb på centrets område.

Tid: afhængig af posternes placering og antal. Ca. 1-3 timer.

Materialer: forefindes på centret.

## K - 03 REJSE I NORDEN.

Aktiviteten beskriver et opgaveløb, der kan placeres på centrets område. Løbet henvender sig især til mindre spejdere.

Tid: ca. 2 timer.

Materialer: papir til fremstilling af papirflyvere, tørklæder og ur medbringes. Øvrige forefindes på centret.

## K - 04 DIMS

Aktiviteten er et stort brætspil, der kan bruges til forskellige emner. Der findes et eventyrtema for de yngste samt et spejdertema.

Tid: 1-2 timer.

Materialer: Materialer til smagekims skal medbringes (eller udelades). Øvrige forefindes på centret.

## K - 05 LØB EFTER INTERNATIONALE SPEJDERTEGN

Aktiviteten beskriver et løb, som kan afvikles på centrets område. Løbet henvender sig især til mindre spejdere.

Tid: afhængig af løbets længde.

Materialer: forefindes på centret.

## H - 07 LÆDERARBEJDE (centerlejr og kurser)

Aktivitet for alle aldre.

Forskellige ideer til små aktiviteter.

Materialer: forefindes på centret.

Lav jeres egne læderlapper — centret har brænder med logo.

## H - 08 SMEDNING (centerlejr og kurser)

For alle over 12 år. Centeret råder over en lille smedehytte med esser, ambolte og værktøj.

Materialer: forefindes på centret.

Instruktion: I centerlejrperioden vil der være instruktion i denne aktivitet.

## H - 09 PAPIRFREMSTILLING

En nem aktivitet for alle. Prøv at lave nyt papir af gamle aviser. En god aktivitet til at fortælle noget om genbrug af ressourcer.

Materialer: forefindes på centret.

## H - 10 FREMSTILLING AF STEARINLYS

Dypning af lys. En let aktivitet for alle, men kræver lidt tålmodighed.

Dyppekar, væger m.m. forefindes. Medbring selv lysestumper.

## H - 11 SNITTEAKTIVITET (centerlejr og kurser)

# E - PRIMITIV SPEJDESPORT



## E - 01 BIVUAK

Forskellige former for bivuakker af regnslag eller underlag.

Byggetid: ca. 1 time

Materialer: regnslag eller underlag medbringes, øvrige materialer forefindes på centret.

## E - 02 BIVUAK

Forskellige former for bivuakker af naturmaterialer.

Byggetid: ca. 1-2 timer

Materialer: Centret må kontaktes i forvejen, da der ikke altid er materialer hertil.

## E - 03 IGLOO

En rigtig snehytte, der kan bygges af større spejdere.

Byggetid: ca. 3 timer

Materialer: Centret må kontaktes i forvejen, da der ikke altid er sne.

## E - 04 BAGNING I OVN

Centeret har en stor muret ovn, der er bygget, som dem man havde på landet i gamle dage. Beskrivelsen fortæller om, hvordan der fyres i den, samt giver inspiration til bagning af boller, pizza m.m.

## E - 05 PRIMIMAD - BRØD

Aktiviteten beskriver flere former for bagning og giver opskrifter på flere slags brød. Aktivitetens varighed afhænger af, hvad der vælges.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

## E - 06 PRIMIMAD - KØD

Aktiviteten beskriver flere former for stegning og giver flere opskrifter på forskellige kødretter. Varighed afhænger af, hvad der vælges.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

## E - 07 PRIMIMAD - DIVERSE

Aktiviteten beskriver flere former for små retter. Varighed afhænger af, hvad der vælges.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

## E - 08 PRIMIMAD - FISK

Forskellige former for tilberedning af fisk beskrives i denne aktivitet. Varighed afhænger af, hvad der vælges.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

## E - 09 RØGERI

Beskrivelse af et primirøgeri til fisk og kød. Aktiviteten tager mindst 1/2 dag, men kan gøres meget spændende.

Materialer: Alt spiseligt må medbringes, øvrige forefindes på centret.

## E - 10 MILEBRÆNDING

En stor aktivitet, der delvis må arbejdes med dagen igennem. Aktiviteten beskriver kun selve opbygningen og pasningen af milen. Lertingene, der skal brændes, skal være lavet og tørret (langsomt) i forvejen.

Byggetid: ca. 2 timer + pasning dagen igennem og åbning et døgn senere.

Materialer: Lerkar og lignende medbringes, øvrige forefindes på centret.

# H - HANDYCRAFT



## H - 02 REDEKASSE

En lidt sværere aktivitet, der dog med lidt hjælp fra lederen kan gennemføres også af de mindste spejdere.

Byggetid: ca. 1-2 timer.

Materialer: Medbringes.

## H - 03 DRAGER

Udførlig beskrivelse af bygning af flyvedygtige drager.

Byggetid: ca. 1 time.

Materialer: må medbringes. Lidt forberedelse nødvendig.

## H - 04 TINSTØBNING (centerlejr og kurser)

Aktivitet for alle aldre. De mindste dog med rådgivning og hjælp fra lederen.

Materialer: forefindes på centret.

Instruktion: I centerlejrperioden vil der være instruktion i denne aktivitet.

## H - 05 SERIEGRAFI (centerlejr og kurser)

Prøv at lave et silketryk af centrets bomærke og bemal det.

Materialer: Bluse, tørklæde og lign. til påtryk medbringes. Øvrige materialer forefindes på centret.

Instruktion: I centerlejrperioden vil der være instruktion i denne aktivitet.

## H - 06 PILEFLØJTER

Aktivitet for alle aldre.

Fløjterne kan bruges ved lejrbaalsunderholdningen.

Materialer: forefindes på centret.

# G - HIKE OG TURE



## G - 01

Centret råder over hikebeskrivelser med opgaver til hikes fra 10-60 km.

Hikebeskrivelserne er i "løtblads-system", så man kan ændre hikeruterne efter eget ønske. Komplet sæt af beskrivelserne kan rekvireres i forvejen, så man selv kan vælge og sammensætte den rute, der passer bedst.

## G - 02 BYTUR

Aktiviteten beskriver en tur til Frederiksværk by og stiller nogle opgaver til deltagerne.

En del af opgaverne går igen i en af hike-beskrivelserne.

## G - 03 TRAVETUR FRA FREDERIKSVÆRK TIL ARRESØCENTRET.

En rutebeskrivelse fra Frederiksværk station til centret med beskrivelse af de seværdigheder, man møder undervejs.

## E - 14 PLANTEFARVNING - ULDGARN

En heldagsaktivitet eller fordelt på 3 dage, der kræves nogen forberedelse af lederen. Aktiviteten er beskrevet grundigt og let forståeligt.

Materialer: Garn til farvning medbringes. Planter medbringes - nogle kan dog samles på centret. Øvrige materialer forefindes på centret.

## E - 15 PLANTEFARVNING - BOMMULDSGARN ELLER STOF

Som i E - 14

# F - TOVVÆRK



## F - 01 REBSLAGERBANE (centerlejr)

Centret råder over en rigtig og to primitive rebslagerbaner, der kan benyttes. Såfremt man selv ønsker at bygge en rebslagerbane, kan arbejdsbeskrivelse udleveres. På de eksisterende baner kan spejderne lave deres eget tovværk. Det er en spændende aktivitet og plejer at begejstre deltagerne.

Materialer: forefindes på centret.

Instruktion: I centerlejr perioden vil der være instruktion i denne aktivitet. I andre perioder: ring om aftale.

## F - 02 TOVVÆRK

En instruktiv beskrivelse af tovværkets tilblivelse, vedligeholdelse, opbevaring og anvendelse.

Materialer: forefindes på centret.

## F - 03 TALJER

En instruktiv beskrivelse af anvendelse af taljetræk med udførlig beskrivelse af max. belastning samt forankringer til anvendelse af disse.

Bør indøves forud for enhver aktivitet, hvor taljetræk indgår.

Materialer: forefindes på centret.

## F - 04 HÆNGEKØJE

En nem aktivitet, som ikke kræver de store spejderfærdigheder. Dog vil de mindste ikke have tålmodighed til arbejdet.

Byggetid: 1-2 timer

Materialer: medbringes

## F - 05 TOVDYR

En aktivitet som træner spejdernes færdigheder. Der er forslag til flere figurer. Aktiviteten kan anbefales til spejdere i alle aldre.

Arbejdstid: ca. 1 time

Materialer medbringes.

## F - 06 TØRKLÆDERING / LYSESTAGE

Viser hvordan man binder et tyrkisk knob, som kan bruges til tørklædering eller lysestage.

Arbejdstid: ca. 1 time

Materialer medbringes.