



2014-10-22

Capture the flag – FOL versionen

Spelplan

Avgränsad, helst av naturliga "gränser" tex bred stig, för att förhindra att någon springer ut ur spelplanen och vilse.

Ett "fängelse" på varje sida, centralt placerat och markerat med snitsel.

Mitten, som delar spelplanen i 2 lika delar, kan vara en stig.

Spelregler

Varje lag får 3 eller fler "flaggor", dvs reflexstavar, att gömma på sin del av spelplanen. Det är bra om man kan se vilket lag som äger flaggorna.

Flaggorna måste vara helt synliga och åtkomliga även för de kortaste. De får alltså inte vara nedgrävda eller övertäckta eller hänga högt.

Lagen skall smyga över till fiendesidan, leta reda på fiendens flaggor och hämta hem till sitt eget fängelse. Det lag som hämtat hem samtliga fiendeflaggor eller har flest flaggor vid sitt fängelse när slutsignalen går

efter 10-15 minuter har vunnit rondan. Är antalet flaggor lika så avgörs det istället av antalet fångar. 2-3 ronder kan vara lagom.

Flaggvakt

Det är tillåtet att vakta en flagga men man får inte vakta närmare än 25 meter ifrån.

Fängelsevakt

Man får vakta sitt eget fängelse men man får inte vakta närmare än 25 meter ifrån.

Ta fånge

Man fångar en fiende när man tar på personen (när den inte är fri). Fångnen måste följa med till det egna fängelset utan att göra motstånd eller fördröja.

Frita fånge/fångar

Genom att smyga sig fram till fiendens fängelse och ta på en fånge så får den komma ut ur fängelset. En fritagen fånge kan fångas igen av fienden så länge den är på fiendesidan.

När är man "fri" och kan inte fångas?

Man kan inte fångas när:

- Man har en fiendeflagga som man håller fullt synlig och som man är på väg för att lämna vid sitt eget fångelse.
- Man är på sin egen del av spelplanen eller på mittgränsen.

Tips

Märk lagen med olika band på överkroppen, exempelvis vit-röd och blå-gul snitsel.

Använd visselpipa för att starta och avsluta ronderna.