

TOUW TREKKEN

je staat het best met
alle ploeggenoten
aan dezelfde kant
van het touw



er wordt getrokken
in ploegen van
6 à 8 personen en
per gewichtsklasse
(bv. max. 640 kg
per ploeg)



het touw wordt vastgehouden
met de handpalmen naar boven

als je ploeg de markering
op het touw over de
middellijn trekt (4m verder),
is jouw ploeg gewonnen