

BEGELEIDING	HT (mentor)	
KLAS	H3C	
ACTIVITEIT	Defensiedag, bestaande uit vijf onderdelen: 1. Team samenwerking opdracht 2. Aanhouding en handboeien 3. Terrein werk 4. Rugby 5. Boksen	
LOCATIE	Sporthal De Opperdam	
TIJDEN	8:45	Aankomst leerlingen. Leerlingen worden verdeeld in groepen.
	9:15	Programma start
	12:15	Afsluiting programma, uitreiking certificaat
MEENEMEN	Sportkleding aan! Drinken en tussendoortje.	
VERVOER	NVT	
INSTRUCTIES	Door de organisatie worden er groepen gemaakt die om beurten de vijf onderdelen doorlopen. Ieder onderdeel wordt na afloop kort met je groep teruggekoppeld. Ieder onderdeel duurt 30 minuten met wat wisseltijd erbij. Gedraag je te allen tijde beleefd en respectvol naar anderen.	