

The NERF logo is rendered in a bold, 3D style. The letters are white with a blue outline and a blue shadow underneath, giving it a sense of depth. The logo is set against a background of blue and orange geometric patterns, including a circular graphic in the top left corner that resembles a clock face with orange segments and white tick marks.

**NERF**

**TRAININGSCAMP**

A decorative graphic in the bottom left corner consists of a light gray circular shape with a white center. Inside this circle are several orange elements: a horizontal dash, a curved dash, and a plus sign. The background of the entire page features a complex pattern of blue and orange lines and shapes, with a dark gray geometric pattern at the bottom.



#WirSpielenZuHause

## NERF TRAININGSCAMP

### STARTE DEIN EIGENES NERF TRAININGSCAMP ZU HAUSE:

Hab Spaß, halte dich fit und trainiere für die Nerf Dart Blaster Liga. Außer einem Nerf Blaster und Darts brauchst du nicht viel, um deine Zielfähigkeit zu verbessern und dabei jede Menge Spaß zu haben!

#### VORBEREITUNG

Bevor du startest wärme dich auf, um bereit zu sein. Ein Sprint auf der Stelle, Seil springen oder Kniebeugen stärken deine Kondition. Zur Lockerung deiner Arme kreise abwechselnd mit ihnen nach vorne und dann nach hinten. Für Power in den Fingern balle deine Hände zu Fäusten und halte diese festgedrückt für 10 Sekunden (mind. 3 Wiederholungen).

#### ORTE FÜR DAS TRAININGSCAMP

- Suche dir einen Raum in der Wohnung, wo du Platz hast (z. B. in deinem Zimmer, im Flur, im Keller...) und räume alle empfindlichen Gegenstände an einen sicheren Ort, bevor du beginnst.
- Wenn möglich, kannst du dein Trainingscamp auch in eurem Garten machen.

#### TIPPS FÜR ZIELE

##### Plastik-Becher

Mit unserer **Vorlage** kannst du dir sogar die original Nerf Dart Blaster Liga Ziele basteln oder Becher damit verschönern. Wenn keine Becher zur Hand sind, drehe ein DIN-A4-Blatt zu einer Rolle und klebe es zusammen.

##### Zielscheibe mit Loch

Klebe einen Ausdruck unserer **Vorlage** auf Pappe und schneide die verschiedenen Löcher aus.

##### Leere PET Flaschen

Zum Beschweren der Flaschen kannst du sie mit Sand oder Stiften füllen. Eine weitere Schwierigkeitsstufe kannst du einbauen, wenn du auf die geöffnete PET Flasche einen Tischtennisball als Ziel legst.

##### Leere Küchen- oder Toilettenpapier-Rollen

In der Wohnung kannst du diese aufhängen zum hindurch Zielen. Die Toilettenpapier-Rollen kannst du auch wie beim Kegeln aufgestellt verwenden.

##### Ziel aus Stöcken

Wenn ihr einen Garten habt, baue dir Ziele aus Stöcken, indem du 2 kleine Stöckchen über Kreuz in den Boden steckst. Das wiederholst du in ca. 10 cm Entfernung und legst dazwischen einen weiteren kleinen Stock, den es zu treffen gilt.

##### Besonders schwierige Ziele

- Spielfiguren aus Brettspielen
- Senkrecht stehende Ersatz-Darts

**EXPERTEN-TIPP:** Die Entfernung von 7 Schritten ist immer ein guter Abstand von deinem Ziel.

Mehr Spielspaß gibt es hier:

[www.Wir-spielen-zu-Hause.de](http://www.Wir-spielen-zu-Hause.de)

© 2020 Hasbro. All Rights Reserved.



#WirSpielenZuHause

## NERF TRAININGSCAMP

### IDEEN FÜR TRICKSHOTS FÜR DEIN NERF TRAINING ZU HAUSE

#### SMARTPHONE CHALLENGE

Positioniere und befestige dein Smartphone (im Kameramodus) oder deine Digitalkamera auf einem Tisch. Gehe ca. 7 Schritte von der Kamera weg und versuche nun die Kamera mit deinen Nerf Darts zu treffen. Je weniger Versuche du benötigst, umso besser. Und ein cooles Video erhältst du noch dazu, dass du dann mit deinen Freunden teilen kannst.

#### TOILETTPAPIER CHALLENGE

Staple drei oder mehr neue Toilettenpapierrollen längs aufeinander, so dass du durch die Rollen schauen kannst. Kleine Befestigungen an den beiden Seiten, z. B. mit Radiergummis, verhindern, dass die Rollen sich bewegen und auseinander gehen. Versuche nun mit deinem Dart durch die Rollen zu hindurch zu kommen.

#### PYRAMIDEN CHALLENGE

Baue dir auf einen Tisch eine Pyramide aus leeren Toilettenpapierrollen (so wie beim Dosenwerfen). Jetzt versuche mit möglichst wenigen Darts, möglichst alle Rollen vom Tisch abzuräumen. Versuche deinen Highscore bzw. Lowscore zu toppen und fordere deine Freunde per Smartphone oder Videochat dazu auf, deinen Score zu knacken! Anstelle von Toilettenpapierrollen kannst du auch Plastikbecher verwenden.

#### KETTENREAKTION CHALLENGE

Baue deine eigene Kettenreaktion, wobei am Start immer ein Nerf Dart die Kettenreaktion auslöst: So könnte es aussehen: Mit dem Blaster zielst du auf einen Becher, der Becher fällt auf eine Wippe (selbst gebaut aus z. B. einem Lineal und einem Klebestift) und kippt einen Holzbauklötz um. Dieser Bauklötz kippt auf eine Reihe von Dominosteinen, die dann alle umfallen usw. Hier musst du sicherlich viel tüfteln und ausprobieren, aber die Kettenreaktion am Ende wird dich und deine Familie dann begeistern. Zeichne es als Beweis auf Video auf und verschicke es an deine Freunde.

#### JUMPSHOT CHALLENGE

Wenn du eine alte Matratze hast, kannst du super gut Jumpshots üben. Baue dir ein Ziel aus mehreren Bechern (z. B. eine Becher-Pyramide) ca. 7 Schritte neben der Matratze auf. Lauf auf die Matratze zu und springe so ab, dass du auf der Matratze landest. Im Sprung solltest du dann die Becher-Pyramide hoffentlich treffen. Das Ganze funktioniert auch im eigenen Garten auf einem Trampolin. Bitte sei bei dieser Challenge besonders vorsichtig. Noch wichtiger als zu treffen ist, sich dabei nicht zu verletzen.

#### BANDEN CHALLENGE

Ziele gegen eine Wand und zwar so, dass der abprallende Dart dann z. B. in einem Eimer landet.

#### JENGA CHALLENGE

Baue einen Jenga-Turm auf und versuche nur jeweils einen Holzblock aus dem Turm herauszuschießen.

#### ZIELSCHEIBEN CHALLENGE

Verwende die NERF **Zielscheibe mit Loch** und versuche in den verschieden großen Löcher die Darts zu versenken.

#### ALL OR NOTHING CHALLENGE

Schneide dir Ziele (Kreis, Vierecke etc.) aus Pappe aus und bemale sie wie du möchtest. Klebe die Ziele von hinten mit einem Klebeband auf den Boden, so dass das Ziel stehen bleibt. Wenn du das Ziel triffst, wird es nach hinten umfallen. Baue dir so viele Ziele auf, wie dein Nerf Magazin Darts hat. Schau, ob du alle Ziele ohne nachzuladen treffen kannst.

#### BECHER CHALLENGE

Lege einen Becher auf den Boden mit der Öffnung zu dir und versuche nun aus einer möglichst großen Entfernung in den Becher zu schießen.

Mehr Spielspaß gibt es hier:

[www.Wir-spielen-zu-Hause.de](http://www.Wir-spielen-zu-Hause.de)

© 2020 Hasbro. All Rights Reserved.



#WirSpielenZuHause

**NERF TRAININGSCAMP**

## **IDEEN FÜR TRICKSHOTS FÜR DEIN NERF TRAINING ZU HAUSE**

### **MOVING TARGET CHALLENGE**

Wenn du eine elektrische Eisenbahn hast, kannst du Becher oder Papierrollen auf die Waggonen stellen und versuchen, sie während der Fahrt zu treffen. Alternative für alle ohne elektrische Eisenbahn: Werf einen Becher oder eine Papierrolle in die Luft. Versuche jetzt den Becher zu treffen, bevor er wieder auf dem Boden landet.

### **KIRMES CHALLENGE**

Baue einen eigenen Schießstand wie auf dem Rummel auf: Klebe einige Din A4 Papierbögen mit Klebestreifen zusammen. Male zwei oder drei Reihen mit Blumen oder Sternen auf. Zum Zielen kannst du dich auf einen freistehenden Tisch, Stuhl oder auf eine Couchlehne stützen. Nun versuche wie auf dem Rummel die Blumen oder Sterne zu treffen.

### **DISTANCE CHALLENGE**

Welche Reichweite hat dein Nerf Blaster?

#### *Indoor Variante:*

Nutze deine ganze Wohnung. Schaffst du es z. B. ein Ziel wie eine leere PET- Flasche durch die Küche, über den Flur, im Wohnzimmer zu treffen?

#### *Outdoor Variante:*

Teste es, indem du dich an eine Stelle im Garten stellst, an der du viel Rasen vor dir hast. Probiere aus, wie weit dein Dart fliegt und messe die Entfernung bis zum am weitesten entfernten Dart mit deinen Schritten ab. Probiere aus, in welchem Winkel nach oben du deinen Arm halten musst, um am weitesten zu kommen.

Mehr Spielspaß gibt es hier:

[www.Wir-spielen-zu-Hause.de](http://www.Wir-spielen-zu-Hause.de)

© 2020 Hasbro. All Rights Reserved.