

DRAAIBOEK

Zo draai je Massage Bingo.

Alles om het spel zelf te leiden: de regels, de dertien zones met een voorbeeld, een host-script van een uur en de boodschappenlijst. Print het voor naast de speaker.

1 · SPELREGELS

In het kort.

- | | |
|----|--|
| 01 | Ga in tweetallen staan
Iedereen krijgt een kaart met acht lichaamsdelen en een gratis ster in het midden. |
| 02 | De host roept een zone en doet voor
Tien seconden voordoen is genoeg: kneden, strijken, cirkels. |
| 03 | Masseer elkaar daar zolang de muziek speelt
Muziek stopt is handen los. Daarna kruis je het vakje af. |
| 04 | Volle rij is BINGO
Horizontaal, verticaal of schuin. Elke rij-bingo krijgt een klein prijsje, de eerste volle kaart de hoofdprijs. Zo blijft iedereen meedoen tot het einde. |

De drie afspraken

ALTIJD EERST

- 1 **Altijd over de kleding.**
- 2 **Alleen de geroepen plek.**
- 3 **Stoppen mag altijd.** Liever niet aangeraakt? Masseer jezelf op die plek.

2 • KAARTEN

Eén per persoon, of één per duo.

Elke kaart is uniek. Bij veel bezoekers print je de set twee keer, zodat niet iedereen tegelijk bingo heeft. Stevig papier kruist fijner af.

Kant-en-klaar

48 unieke kaarten, vier per A4 met snijlijnen.
Printen en knippen.

massagebingo.com/massage-bingo-kaarten.pdf

Eigen set

Kies het aantal, tot 200 kaarten, en print
direct vanuit de browser.

massagebingo.com/kaarten

3 • CALLER-LIJST

De dertien zones, met voordoe-hint.

Trek ze live met het **caller-scherm op de beamer** (rad of bingoballen), uit een zakje met briefjes, of op gevoel. Wissel lichaam-boven en lichaam-onder af.

1 **Nek**

zachte cirkels langs de nekspieren, niet op de wervels

2 **Schouders**

kneed de trapezius, de festival-knoop. Kneden, niet knijpen

3 **Bovenrug**

vlakke hand, strijk langs de schouderbladen omhoog

4 **Onderrug**

duimen naast de wervelkolom, rustige cirkels (over de kleding)



Bovenarmen

kneed van schouder naar elleboog



Handen

duim in de handpalm, daarna elke vinger kort



Hoofd

vingertoppen op de schedel, als haren wassen



Kaak

cirkels op de kaakspier, mond ontspannen



Kuiten

dansbenen: kneed van enkel naar knie



Onderarmen

strijk van pols naar elleboog



Telefoon-duim

cirkeltjes op de duimmuis, herkenbaar voor iedereen



Slapen

kleine cirkels met twee vingers



Oren

oorrand zachtjes kneden. Kort, en altijd lachen



Wildcard

gratis midden. Roep af en toe "wildcard!" en doe zelf bij één paar voor

Tip: de wildcard staat op elke kaart al afgekruid. Loop er af en toe zelf bij langs, zo ben je steeds even de prof tussen het publiek.

4 • HOST-SCRIPT

Een ruggengraat van een uur.

De cursieve zinnen mag je letterlijk zeggen, of in eigen woorden.

0 tot 3 min

Welkom en wat het is

"Welkom bij Massage Bingo! Het werkt precies als gewone bingo, alleen win je geen geld, maar masseer je elkaar suf. Zoek een buddy: iemand naast je, je vriend, of een leuke vreemde."

3 tot 6 min

De afspraken

Het belangrijkste stuk. Zet meteen de toon, luchtig maar duidelijk.

"Drie afspraken. Eén: altijd over de kleding. Twee: alleen de plek die ik roep, niets anders. Drie: het mag altijd stoppen. En als je liever niet aangeraakt wordt, masseer je gewoon jezelf op die plek, ook goed. Deal? Mooi."

6 tot 9 min

Hoe het spel gaat, plus de muziek-truc

"Ik roep een lichaamsdeel en doe 'm even voor. Dan masseren jullie elkaar daar, maar alleen zolang de muziek speelt. Muziek uit? Handen los, vakje afkruisen. Volle rij, recht of schuin, dan roep je keihard BINGO. Het sterretje in het midden heb je gratis."

9 tot 12 min

Opwarmer: de kring

IJsbreker vóór de paren: iedereen in een grote kring, draai een kwartslag, en masseer de schouders van wie vóór je staat. Lacht altijd, en iedereen heeft z'n handen al "aan".

"Even opwarmen: allemaal een kwartslag draaien... en de schouders van je voorganger. Dít is het niveau dat ik straks wil zien."

12 tot 50 min

De rondes

Per zone anderhalve tot twee minuten: roepen, voordoen, masseren op de muziek (30 tot 45 seconden), afkruisen. Wissel boven en onder af. Vier elke "BINGO" hardop en geef meteen een klein prijsje; het spel loopt door naar de volle kaart.

"Volgende: schóuders, de festival-knoop. Kijk: kneden, niet knijpen... en daar gaat de muziek!"

"BINGO bij het gele shirt! Kom je prijs halen, en we gaan door voor de volle kaart."

50 tot 60 min

Hoofdprijs en afsluiten

Eerste volle kaart wint de hoofdprijs: een echte massage van jou. Sluit af met een korte demo of tip die mensen meenemen.

"Volle kaart! Jij wint een echte massage van mij, hier, nu. En de rest: jullie hebben net geleerd dat je dit thuis ook kunt. Bedankt allemaal!"

5 • BOODSCHAPPENLIJST

Wat je meeneemt.

MOET is essentieel, **FIJN** is optioneel maar maakt het beter.

☐ Bingokaarten, geprint **MOET**

De PDF of je eigen set. Reken ongeveer één per persoon, of één per duo. Stevig papier kruist fijner af.

☐ Pennen of stiften **MOET**

Om vakjes af te kruisen. Goedkoopste optie; stickervellen kan ook (feestelijker, maar duurder).

☐ Speaker + telefoon **MOET**

Voor de muziek-truc (start en stop bepalen de massage-duur). Een afspeellijst klaarzetten.

☐ Prijzen **MOET**

Kleine prijsjes voor elke rij-bingo (snoep, stickers, festival-merch) en één mooie hoofdprijs (een volledige massage van de host, of een voucher).

☐ Beamer, tv of tablet **FIJN**

Voor het caller-scherm: rad of ballen groot in beeld, hint voor de host erbij. Zonder scherm: 13 briefjes in een zakje.

☐ Microfoon of speaker-mic **FIJN**

Op een druk festival hoort het publiek de host anders niet boven de muziek uit.

☐ Bord of flip-over **FIJN**

Met de zone-legenda en de drie afspraken groot erop. Scheelt herhalen en trekt voorbijgangers.

☐ Handgel **FIJN**

Festivalhygiëne, vooral bij de handen. Een paar doekjes erbij.

☐ **Afgebakend hoekje + paar krukjes** FIJN

Een herkenbare plek (vlag of banner "Massage Bingo") en wat krukjes voor wie liever zit.
