

OUTBOUND

OUTBOUND

- Outbound yang merupakan konsep pelatihan yang memanfaatkan alam terbuka untuk menyampaikan materi-materi pelatihan sesuai tujuan yang diharapkan. Metode ini memadukan unsur kerja sama, mengasah kreatifitas serta meningkatkan rasa percaya diri dan jiwa kepemimpinan. Outbound merupakan perpaduan dari olah raga alam terbuka (outdoor sport), permainan ketangkasan dan petualangan dengan konsep kembali ke alam (back to nature) yang ditujukan untuk membentuk, mengarahkan, menyadarkan. Dalam program Outbound peserta harus menemukan teori dan pemecahan masalah mereka sendiri untuk menyelesaikan persoalan-persoalan yang ada dengan cepat. Outbound terbukti merupakan pengalaman ideal untuk berlatih mengenal diri sendiri dan memahami rekan dalam tim, sehingga selanjutnya peserta dapat menerapkan pengalaman tersebut dalam dunia kerja maupun dalam menempuh pendidikan
- mpaikan visi, sekaligus berekreasi bagi para pesertanya

TUJUAN

- ▣ Tujuan dari kegiatan ini diharapkan peserta akan terbentuk mejadi pribadi yang :
- ▣ Percaya diri
- ▣ Bertanggung Jawab
- ▣ Mau dan mampu bekerja sama dalam tim
- ▣ Memiliki solidaritas yang tinggi
- ▣ Produktif dalam bekerja

MANFAAT

- Manfaat bagi peserta antara lain :
 - Kreatif dan Mandiri
 - Antusias dan semangat
 - Aktif dan mampu bekerja sama
 - Memiliki jiwa pemimpin yang peduli akan lingkungan

LEVEL AKTIVITAS OUT BOUND

Fun

Lebih bersifat rekreasi saja (tracking)

Sedang

Gabungan antara rekreasi dengan permainan yang bertujuan melatih manajerial yang bersifat fun

Challenging

Kombinasi antara rekreasi dengan permainan yang bertujuan melatih kepemimpinan, komunikasi, pemecahan masalah serta ketahanan fisik peserta.

Extrem Game

Permainan tantangan yang bertujuan untuk melatih kepercayaan, ketangkasan serta melatih keberanian dalam menentukan sesuatu.

Customerized

Aktifitas yang dirancang sesuai dengan permintaan client untuk mendapatkan hasil yang sesuai dengan tujuan dari client.

Fullbody Harness



Carabiner



Figur-8



Puley Tandem



Helmet



Puley Single



Ascander



Carmatel



Jenis-Jenis Permainan Dalam Outbound Birma Crosser



- Tujuan outbound training permainan ini adalah melatih percaya diri untuk menghadapi segala ujian dan rintangan dalam kehidupan. Alat bantu dalam out bound training permainan ini meliputi bambu, karmentel, kong, snapping, webbing dan helm. Adapun prosedur dalam permainan Birma Crosser adalah :

1. Setiap peserta diminta meniti bambu yang telah disediakan dengan ketinggian 2 m dan panjang 15 m
2. Fasilitator memasang kelengkapan pengaman sebelum peserta melaksanakan tugas tersebut
3. Fasilitator memberikan arahan dan motivasi agar peserta berhasil melewati bambu dengan sebaik-baiknya.
4. Fasilitator memegang tali pengaman untuk menjaga keselamatan peserta.
5. Saat pelaksanaan peserta yang lain menunggu giliran

Pemaknaan dalam program outbound permainan ini adalah :

1. Mampukah semua peserta melaksanakan tugasnya dengan baik ?
2. Adakah peserta yang merasa takut akan ketinggian ?
3. Apa kunci keberhasilan mereka ?
4. Apa yang menjadi penyebab kegagalan ?

Hell Barrier



- Tujuan outbound training permainan ini adalah melatih mengerjakan sesuatu sesuai dengan tahapannya untuk mencapai puncak yang diharapkan. Alat bantu dalam program outbound permainan ini meliputi jaring, karmentel, kong, snapping, webbing, kaos tangan dan helm. Adapun prosedur dalam permainan ini adalah :

1. Setiap peserta diminta memanjat jaring tali setinggi 6 meter.
2. Fasilitator memasang kelengkapan pengaman sebelum peserta melaksanakan tugas tersebut
3. Fasilitator memberikan arahan dan motivasi agar peserta berhasil melewati bambu dengan sebaik-baiknya.
4. Fasilitator memegang tali pengaman untuk menjaga keselamatan peserta.
5. Saat pelaksanaan peserta yang lain menunggu giliran.

Pemaknaan dalam permainan ini adalah :

1. Mampukah semua peserta melaksanakan tugasnya dengan baik ?
2. Adakah peserta yang merasa takut akan ketinggian ?
3. Apa kunci keberhasilan mereka ?
4. Apa yang menjadi penyebab kegagalan ?
5. Apa yang dirasakan peserta sewaktu mencapai puncak ?
6. Apa makna dari kegiatan ini ?

Caterpillar Race

- Caterpillar race atau balap ulat bulu dapat dimainkan di lapangan Peserta dipecah jadi 3 or 4 team, terdiri dari 7-10 orang,

Instruksi

Peserta kita minta untuk membentuk formasi berbaris ke belakang dengan tangan dibahu, atau di pinggang atau berpelukan.

Tugas mereka adalah berjalan dengan teamnya dengan rute yg kita buat sebelumnya, bisa berupa lintasan dengan tali atau tanda-tanda patokan.

Tiap team harus bergerak secepatnya ke garis finish yg kita tentukan
Bagi Team yang barisannya rusak harus mulai lagi dari garis start.

Target

Team yang menjadi pemenang adalah yang pertama sampai di garis finish dengan utuh.

Larangan

Larangan utama yaitu bahwa barisan tidak boleh putus.

Tidak boleh merusak formasi teamnya, misalnya tangan terlepas, terjatuh atau tertinggal sebagian.

Variasi:

Lintasan dapat dibuat lurus atau berkelok-kelok.

Pergerakan bisa juga dibuat maju atau mundur,

Bisa juga formasi lainnya, tergantung kondisi lapangan dan juga tingkat usia peserta

Folding Carpet



- Games ini dimainkan dengan alat bantu sebuah karpet atau terpal plastik yang ukurannya 1 meter persegi untuk 8-10 orang. Ukuran karpet dapat disesuaikan dengan jumlah peserta yang akan ikut bermain maupun tingkat kesulitan yang ingin diberikan, lebih banyak peserta maka dibutuhkan karpet yang lebih luas.

Instruksi

Pertama, seluruh peserta diminta naik ke atas karpet dan

Setelah aba-aba dimulai mereka harus dapat membalik karpet tersebut

Kelompok harus bekerja sama dalam menemukan cara dan kemudian membalik karpet tersebut.

Target

Kelompok yang paling cepat membalik karpet dianggap sebagai pemenang.

Larangan dan Hukuman

Orang-orang yang berada di atas karpet tersebut tidak boleh turun ataupun menyentuh tanah.

Jika melakukan pelanggaran tersebut maka kelompok dianggap gagal melakukan tugasnya.

Hukuman atas pelanggaran tersebut dapat diberikan berupa pengurangan nilai atau potongan waktu.

Variasi

Games dapat dimainkan di dalam maupun diluar ruangan.

Hulahoop



- Games ini dapat dalam kelompok, dengan jumlah anggota kelompok 6-10 orang. Hulahoop yang digunakan bisa yang terbuat dari rotan atau dari tali / webbing yg dibuat melingkar dengan diameter 1-1,5 meter.

Petunjuk

Caranya hulahoop diletakkan di pundak salah satu anggota kelompok
Kemudian dengan didahului aba-aba, hulahoop tersebut harus berpindah dari satu anggota kelompok ke anggota yang lain sampai ke anggota kelompok yang terakhir, Anggota kelompok boleh menggerakkan seluruh badan untuk membuat hulahoop tersebut bergerak,

Posisi peserta dapat dibuat melingkar atau berjajar atau berbaris ke belakang.

Larangan:

Webbing / hulahoop tidak boleh dipegang atau digenggam oleh tangan anggota kelompok.

Variasi

§Sebagai variasi, perpindahan hulahoop dapat dibuat satu arah atau bisa juga bolak-balik.

Jika menggunakan tali/webbing, dapat juga divariasikan dengan menggunakan 2 hulahoop yang harus berpindah berlawanan arah.

Untuk lebih meriah, permainan ini dapat dimainkan dalam format kompetisi dengan membentuk 2 atau 3 kelompok jika jumlah pesertanya mencukupi, dan mereka yang paling cepat yang menang.

LOG LINE

- Permainan ini dimainkan di luar ruang menggunakan sebuah balok kayu yang dibuat sedemikian rupa agar tidak bergerak. Panjang balok tersebut 1,5 hingga 2 meter, dan sebaiknya yang agak besar agar agak tinggi dari permukaan tanah ketika dinaiki oleh peserta. Peserta yang akan bermain terdiri dari 6-10 orang, tergantung besar dan panjang balok.

Instruksi dan petunjuk permainan

Pada awal permainan, kita minta seluruh anggota kelompok utk naik ke atas balok dan mereka harus saling membantu agar tidak terjatuh dari balok atau pun menginjak tanah. Setelah semua naik di atas balok, kita mulai memberi instruksi dimana mereka harus berdiri berurutan sesuai instruksi yang kita minta. Misalkan saja, berdasarkan tanggal lahir,
Para Peserta harus mengatur barisan di atas balok tanpa boleh turun ke tanah, dari angka yg paling kecil ke angka yg paling besar.

Fasilitator menentukan mana yg menjadi bagian depan. Jika berhasil, lanjutkan dengan instruksi berikutnya, hingga 3 instruksi dapat mereka selesaikan dengan baik.

Larangan

Jika terjatuh pada salah satu tugas, maka dianggap gugur dan dilanjutkan dengan tugas kedua dan seterusnya.

Variasi

Bisa saja instruksinya urutan tinggi badan, nomor rumah dll.

Permainan ini dimainkan di luar ruang

Flying Fox



- ▣ Meluncur dari sebuah pohon dengan menggunakan sling baja. Permainan ini melatih keberanian dan ketegasan dalam mengambil keputusan, karena sekalipun sudah menggunakan alat pengaman yang Optimal peserta akan bertarung dulu dengan rasa takutnya sebelum akhirnya memutuskan untuk melompat. Umumnya setelah meluncur Sensasinya yang luar biasa membuat kebanyakan peserta ingin mengulanginya lagi

Toxic Waste

- Permainan ini adalah permainan yang populer, permainan untuk kelompok kecil dan selalu berhasil membangun inisiatif kebersamaan, memberikan tantangan untuk teamwork selama 30-45 menit. Melatih proses berpikir, berimajinasi, aksi, berfantasi, mengambil resiko, dan membuat solusi yang menarik
 - Dapat dimainkan oleh remaja dan orang dewasa
 - Tantangannya adalah memindahkan toxic waste (limbah beracun) kedalam wadah penetralisir dengan peralatan minim sambil menjaga jarak aman dalam batas waktu yang ditentukan
 - Tingkat kesulitan - sedang. Hindari untuk memainkan permainan ini dengan kelompok yang sedang menjalani tahap awal proses group development. Paling baik dilakukan di akhir acara dan/atau ketika kelompok sudah kompak dan dapat mengatasi masalah-masalah teamwork dasar
 - Dapat dilakukan di dalam dan luar ruangan; akan lebih dramatis dimainkan di luar ruangan karena kita dapat menggunakan air sebagai pengganti bola, sebagai toxic waste.

Processing Ideas

- Selalu ada komunikasi dan keputusan kunci yang muncul selama permainan yang dapat dibahas di debriefing akhir yang sangat berguna.
- Permainan ini akan mengekspos proses dan masalah yang berhubungan dengan berbagai aspek teamwork termasuk kerjasama, komunikasi, kepercayaan, pemberian wewenang (empowerment), risk-taking, support, problem-solving, decision-making, dan leadership
- Dapat direkam dalam bentuk video untuk analisis dan debriefing diakhir permainan
- Bagaimana mengukur keberhasilan kelompok?
Misalnya. Pertimbangkan:
 - o Berapa waktu yang mereka butuhkan?
 - o Apakah ada air yang tumpah?
 - o Apakah ada kecelakaan atau yang terluka? (Biasanya karena peserta bersemangat ingin segera menyelesaikan permainan mereka tidak akan peduli dengan pelanggaran yang mereka buat dan seperti mengabaikan terjadinya kecelakaan atau luka (injury) atau kematian akibat kecerobohan yang terjadi ketika permainan berlangsung. Pastikan ada evaluasi objektif untuk performa mereka - yang jarang ada yang 'sempurna')
- Beberapa baik kelompok mengatasi tantangan ini? (misalnya dari skala 10?)
- Bagaimana reaksi awal kelompok tersebut?
- Skill apa yang dibutuhkan kelompok tersebut untuk sukses?
- Apa yang dilihat oleh observer sebagai kekuatan dan kelemahan kelompok?
- Bagaimana kelompok tersebut mendapatkan ide-ide terbaik mereka?
- Apa yang dipelajari oleh setiap anggota kelompok tentang dirinya sendiri sebagai seorang anggota kelompok?
- Pelajaran apa saja yang didapat dari permainan ini dan yang mana yang dapat diterapkan di situasi yang akan datang?

SPIDER WEB



- Target : team work dalam mencapai target, inovasi-kreativitas , disiplin Seluruh peserta harus berpindah dari satu sisi ke sisi yang lain melalui sebuah jaring laba-laba raksasa dengan dibantu rekan yang lain.

Aturan Main :

- Tidak boleh melalui lobang yang sudah pernah dilalui.
 - Badan dan pakaian tidak boleh menyentuh tali, tiang atau pohon tempat tali diikat.
 - Tidak boleh melakukan lompatan.
- Tipe : Strategic Game

TRUST FALL



- Pada permainan ini peserta secara bergantian akan bergantian akan menjatuhkan diri ke belakang dari sebuah platform yang tersedia dan rekan-rekan yang lain menangkapnya di bawah.

Aturan Main :

- Yang Jatuh adalah mereka yang akan menerima aba-aba untuk menjatuhkan dirinya ke belakang dari Fasilitator.
- Yang Menangkap adalah mereka yang menangkap Yang Jatuh.
- Peserta yang akan menjatuhkan diri harus menanggalkan jam tangan, cincin atau kacamatanya terlebih dahulu.
- Peserta yang menjatuhkan dirinya harus berdiri tegak dan kaku. Kedua tangan di samping badan atau terlipat di dada sambil memegang pundak. Berdiri membelakangi rekan-rekan yang akan menangkap.
- Ketika menjatuhkan diri ke belakang, peserta dilarang membuka tangannya sehingga tidak memukul rekan yang menangkap di bawah.
- Peserta yang menangkap membentuk dua barisan rapat, yang saling berdiri berhadapan dengan jumlah anggota barisan yang sama serta bahu saling bersinggungan dengan rekan sebaris. Masing-masing barisan membentuk bantal mendarat yang kuat dan lentur dengan cara merentangkan tangan ke depan sejajar dengan bahu dengan telapak tangan menghadap ke atas, dan masing-masing tangan direntangkan berselang-seling dengan rekan pada barisan di depan.
- Peserta yang menangkap dilarang mengepalkan tangan ketika menangkap

GRASS IN THE WIND



- Pada permainan ini peserta secara bergantian akan bergantian akan merubuhkan diri ke arah rekan kelompok yang berdiri di sekelilingnya ; dan rekan-rekan yang lain menahan dan kemudian mendorongnya ke arah yang lain.

Aturan Main :

- kelompok membuat lingkaran kecil dengan posisi tangan di depan dada
- satu anggota kelompok berdiri di pusat lingkaran.
- peserta yang di tengah menjatuhkan badan seperti kayu tumbang, dengan kaki yang tidak berpindah dan tetap rapat.
- sisa kelompok yang ada bertugas menahan kemudian mendorongnya ke arah yang lain.

ALMOST INFINITE CIRCLE

- ▣ Peserta diminta untuk dapat melepaskan tali yang terikat dengan tali pasangannya, dimana tali tersebut masing-masing terikat di kedua pergelangan tangan masing-masing orang.

Aturan Main :

- Tidak boleh memotong tali
- Tidak boleh membuka simpul yang mengikat ke pergelangan tangan

Tupai dan Pemburu

- Permainan dapat dilakukan di ruangan yang cukup besar atau pun di halaman, dengan jumlah peserta tidak terbatas, lebih baik dengan jumlah kelipatan 3 plus 1. Misalnya 13, 16, 22, atau 31...dst.

Instruksi dan petunjuk permainan

Awalnya kita minta peserta membentuk lingkaran,

kemudian secara cepat kita minta mereka membentuk kelompok-kelompok yang terdiri dari 3 orang, sehingga pasti akan tersisa satu orang yang tidak mempunyai kelompok.

Dari 3 orang tersebut kita minta satu orang menjadi tupai yang akan jongkok/merunduk, berada di antara 2 rekan lainnya yang membentuk pohon dengan cara berpegangan tangan saling berhadapan, seperti pada permainan "ular naga panjangnya".

Fasilitator akan mulai dengan memberikan cerita, di mana dalam ceritanya akan diselipkan kata PEMBURU, ANGIN, dan BADAI.

oJika disebut kata PEMBURU, maka semua tupai harus pindah ke pohon yang lain, jadi berpindah ke kelompok lainnya, secepatnya. Pohon tetap diam di tempat.

oJika disebut kata ANGIN, maka yang berpindah adalah pohon, tanpa boleh melepas pegangan tangannya, mencari tupai yang lain.

oNamun jika yang disebut adalah BADAI, maka semua harus berpindah dan berganti peran, boleh jadi tupai atau pohon dan sebaliknya.

§Cerita akan dilanjutkan oleh satu orang yang tidak mendapat tempat/pasangan, dan diteruskan hingga beberapa kali

§Pada saat berpindah, orang yang bercerita harus ikut segera mencari kelompok dan peran sebagai tupai/pohon yang kosong.

TUPAI DAN PEMBURU



PIPA BOCOR



- Tujuan dari permainan ini adalah berlatih mengatasi berbagai masalah. Sedangkan alat yang diperlukan meliputi pipa bocor, penyangga, gelas aqua, dan bola pimpong. Adapun prosedur dalam permainan pipa bocor adalah :

1. Masing – masing kelompok diminta untuk berlomba mengeluarkan bola pimpong dari dalam dengan menggunakan air.
2. Cara menuangkan air ke dalam pipa hanya boleh menggunakan gelas aqua yang telah disediakan dengan waktu yang telah ditentukan.

Pemaknaan :

1. Siapakah yang berhasil melaksanakan tugas dengan waktu tercepat ?
2. Apa yang dirasakan saat mereka melaksanakan kegiatan ini ?
3. Apa makna dari kegiatan ini ?

Evakuasi Bambu



- Tujuan permainan ini adalah melatih kerjasama yang komunikatif.
Alat bantu yang digunakan adalah bambu, air, tali dan bola pingpong
Prosedur dalam permainan ini adalah :

1. Tiap kelompok berlomba mengeluarkan bola dari dalam bambu dengan cara menuangkan air ke dalam bambu.
2. Cara menuangkannya, bambu yang berisi air hanya boleh diangkat dengan menggunakan tali yang telah disediakan
3. Saat melakukan evakuasi, anggota badan tidak boleh melewati batas aman dari daerah yang telah ditentukan

Pemaknaan dalam permainan ini adalah :

1. Bagaimana langkah peserta dalam melaksanakan tugas ini
2. Strategi apa saja yang peserta gunakan untuk menyelesaikan tugas ?
3. Mampukan mereka bekerjasama dengan baik ?
4. Siapakah yang mampu memimpin dan berkomunikasi dengan baik ?

Blind Walk



- Tujuan permainan ini adalah untuk melatih keseimbangan otak. Langkah yang harus dilakukan oleh peserta adalah tiap-tiap peserta dalam kelompok diminta berjalan dengan mata tertutup (kecuali ketua kelompok) mengikuti jalur yang sudah dibuat. Dengan arahan ketua kelompok yang berjalan paling belakang, peserta berjalan mengikuti jalur tanpa menyentuh pembatas. Kelompok yang pertama memasuki garis finish ditetapkan sebagai pemenang. Pemaknaan dalam permainan ini adalah bagaimana kelompok mengatur strategi dan melatih kedisiplinan serta kerjasama kelompok

Atomic Bom



□ Permainan ini mempunyai tiga tujuan yaitu :

1. Melatih kerjasama kelompok menuju satu tujuan dengan selamat
2. Membentuk sikap pemimpin yang jeli dan jujur
3. Melatih ketelitian dalam berkomunikasi.

Dalam permainan ini jumlah peserta tiap kelompok minimal 7 orang dan harus diselesaikan dalam waktu 20 menit. Alat bantu dalam permainan satu tujuan antara lain serangkaian tali, triplek, dan bola pimpong. Adapun prosedur dalam permainan ini adalah :

1. Masing-masing kelompok dibekali dengan 2 rangkaian tali, sebuah bola pimpong dan triplek yang telah diberi pembatas dengan kertas segitiga.
2. Seorang peserta dalam tiap-tiap kelompok diminta memegang selebar triplek yang telah ditemplei kertas segitiga, diatas triplek tersebut diletakkan sebuah bola pimpong.
3. Peserta tersebut di atas, pada dada dan kakinya (pas lutut) dipasang serangkaian tali, yang masing-masing dipegang oleh 3 orang.
4. Masing-masing kelompok diminta berjalan menuju garis finish dengan peserta pembawa triplek yang berisi bola, tidak boleh menyentuh tali pembatas dan bola tidak boleh keluar dari bidang kertas segitiga yang ditemplei di triplek.
5. Bila bola keluar dari batas ataupun pembawa bola menyentuh tali pembatas, maka kelompok tersebut harus mengulang berjalan dari awal.

Pemaknaan dalam permainan ini adalah :

1. Dapatkah masing-masing kelompok membawa bola selamat sampai tempat tujuan ?
2. Bagaimanakah sikap pemimpin kelompok dalam memimpin perjalanan kelompoknya ?
3. Bagaimanakah komunikasi yang tercipta dalam satu kelompok ?

Tali tubuh



- ❑ Permainan ini dilakukan dengan cara membuat tali sepanjang mungkin dengan mengoptimalkan apa yang kita miliki. Adapun makna dari permainan tali tubuh ini adalah :
 - ? Rela berkorban
Tanpa adanya pengorbanan dari salah satu maupun seluruh anggota team, maka langkah yang akan dilakukan dalam mencapai tujuan tidak akan terlaksana, sehingga tujuanpun tidak akan tercapai.
 - ? Menggali potensi diri
Mengoptimalkan segala yang ada dan dimiliki untuk mencapai suatu tujuan.

7 Booms

▣ "rapa tips yang dapat kita pratikkan di dunia kerja kita sebagai berikut :

1. Penting bagi kita untuk mengetahui aturan permainan (Rule of the game)
2. Mengikuti alur permainan dan memperhatikan setiap tindakan "7 Booms" merupakan sebuah permainan yang diawali dengan berhitung di mulai dari angka 1,2,3 dan seterusnya secara bergiliran sesuai dengan jumlah kelompok, dimana setiap ada angka 7 dan kelipatan 7, maka peserta yang mendapatkan angka tersebut harus mengubah angka 7 tersebut menjadi "Boom".

Contoh : 1,2,3,4,5,6, boom, 8, 9, 10, 11, 12, 13, boom, 15, 16 boom, 18, 19, 20, boom, 22, 23, 24, boom, boom dst.

Setiap anggota yang salah baik salah urut atau latah, maka dikeluarkan dari permainan dan hitungan dimulai kembali dari angka 1. Permainan selesai bila sudah didapatkan pertarungan final antara dua orang atau permainan disudahkan bila waktu yang dibutuhkan tidak memadai.

Permainan ini terbilang sederhana, namun dapat menimbulkan ketegangan. Permainan ini memerlukan konsentrasi yang tinggi, apalagi di pandu oleh fasilitator yang dapat menunjuk siapa saja secara acak, maka ketegangan semakin tinggi karena kita tidak dapat memperkirakan "siapa" kira-kira yang mendapatkan giliran dan angka boom.

Permainan ini baik untuk membina kebersamaan dalam waktu yang singkat terutama pada awal-awal pelatihan. Pernah sekali waktu saya memainkan permainan ini, saya merasa superior atau mampu menargetkan kemenangan dengan maksud ingin menunjukkan betapa pintarnya saya memainkan permainan ini, dan pernah juga saya merasa inferior ketika menyebutkan angka 4 menjadi emmpat, hanya selisih sekian milidetik, saya terlambat merespon perintah yang diberikan kepada saya akibatnya saya keluar dari permainan dan sulit bagi diri saya untuk memaafkan diri atas kekurang tanggapan respon, malah mencari alasan pembenaran atas kesalah saya dan minta diulang, dan tentu saja tidak dikabuli karena aturan main harus ditegakkan bukan?

Nah, sekarang saya menyarankan Anda untuk mencoba permainan "7 Boom" tersebut karena lewat permainan ini kita dapat menyimpulkan bebe dan instruksi yang diberikan pemimpin kapan waktunya bagi kita untuk beraksi. Menyebut urutan angka atau "BOOM"

3. Mengatasi ketegangan dengan cara mempelajari dan berlatih untuk menguasai permainan itu dengan seksama

DIAMBIL DARI

WWW.KARPET.BASAH.BLOGSPOT.COM/2009/02JENISPERMAINAN_OUT_BOUND

TERIMAKASIH