POLTERABEND IDEER

30 ideer til gommens sidste frie dag



klunkevoks.dk · Klunke Voks by Dick Johnson · Print, del og grin.
Hele indholdet findes også på https://www.klunkevoks.dk/pages/polterabend-ideer-til-maend

De bedste polterabend ideer til mænd blander en aktivitet med adrenalin, en god middag med taler og et par sjove traditioner, der ikke går ud over gommens værdighed eller sikkerhed. Herunder finder du 30 konkrete ideer fra morgenkidnapning til natmad, en tidsplan for dagen, et budget og de gaver, der gør dagen mindeværdig. Polterabenden holdes typisk et par uger før brylluppet, så gommen har tid til at komme sig.

Polterabend kommer fra tysk og betyder løst oversat "larmeaften". Oprindeligt handlede det om at smadre porcelæn for at jage onde ånder væk fra det kommende ægteskab. I dag handler det om at give gommen en dag, hvor hans venner viser, at de kender ham, og hvor han får lov at være drengerøv en sidste gang som ugift. Ikke om at drikke ham under bordet eller sende ham ud på en motorvej i en Borat-dragt.

POLTERABEND I EN NØDDESKAL: TIDSPLAN FOR DAGEN

Tid	Hvad	Tip
08.00	Kidnapning og morgenmad	Aftal med bruden, så han er hjemme og har sovet
10.00	Aktivitet med fart på	Paintball, go-kart eller klatrepark, før nogen har drukket noget
13.00	Frokost	Spis ordentligt. Dagen er lang.
14.30	Hyggelig konkurrence	Smagning, petanque, quiz eller barbershop
18.00	Bad og omklædning	Han har haft kostume på i 10 timer. Det er for alles skyld.
19.00	Middag og taler	Book bord i god tid til en stor gruppe
22.00	Fest, karaoke eller casino	Hav en plan for, hvordan han kommer sikkert hjem

30 POLTERABEND IDEER TIL MÆND

MORGEN: KIDNAPNINGEN OG OPVARMNINGEN

1. **Morgenvækning med morgenmad.** Ring på kl. 8 med rundstykker, kaffe og en plan, han ikke kender. Det sætter tonen uden at starte med tømmermænd.
2. **Kostumet.** Find et outfit, han skal have på hele dagen: rocker, Elvis, astronaut eller dommer. Hold det sjovt, ikke ydmygende, og lad ham beholde sin egen telefon og tegnebog.
3. **Missionskortet.** Giv ham en kuvert med 10 små opgaver, han skal klare i løbet af dagen, fx få en fremmed til at synge med eller lære at sige tak på tre sprog.
4. **Fotojagten.** Lav en liste med motiver, holdet skal fange på billeder: et selfie med en buschauffør, en statue med solbriller, gommen i en hængekøje.
5. **Gommens quiz.** Spørg bruden på forhånd om 15 ting om forholdet. Gommen svarer, og hvert forkert svar giver en lille straf som at bære dillerpuden i armene i 10 minutter.

FORMIDDAG: AKTIVITETER MED ADRENALIN

6. **Paintball eller lasergame.** Klassikeren, fordi den virker. Gommen får en anden farve dragt, så alle ved, hvem der skal rammes.
7. **Go-kart.** Kort, larmende og konkurrencepræget. Lav præmie til den hurtigste og den langsomste.
8. **Klatrepark eller kabelbane.** God til grupper med forskellig form. Ingen behøver at være atlet.
9. **Escape room.** Godt til en gruppe, der kan lide at tale i munden på hinanden. Gommen bliver udnævnt til holdkaptajn, så det er hans skyld, hvis I ikke slipper ud.
10. **Vandaktivitet.** Sejlads, kajak, SUP eller vandski om sommeren. Alt med redningsvest, og ingen alkohol før eller under.
11. **Fodboldkamp mod gommens gamle hold.** Inviter hans gamle klub, ungdomsholdkammerater eller kollegaer. Han skal spille i kostume.

EFTERMIDDAG: HYGGE OG KONKURRENCE

12. **Øl- eller whiskysmagning.** Book en guidet smagning med vand og mad ved siden af. Det er mere voksent end at drikke hurtigt.
13. **Grillmester-duel.** Gommen og forloveren griller mod hinanden, og resten dømmer.
14. **Petanque-turnering.** Rolig, social og perfekt til de gamle onkler i gruppen.
15. **Tatovering med sprittusch.** Gruppen tegner "tatoveringer" på gommens arme. Kun sprittusch, der kan vaskes af før brylluppet.
16. **Barbershop-besøg.** Book en barber til en ordentlig skægtrim eller barbering. Han skal se godt ud til brylluppet om nogle uger.
17. **Talentshowet.** Hver ven forbereder et nummer på 2 minutter: digt, sang, trylletrick. Gommen er dommer.
18. **Klunkevalsen-oplæsning.** Gruppen læser et digt hver fra Klunkevalsen højt. Den, der griner først, giver en omgang sodavand.

AFTEN: MAD, TALER OG FEST

19. **Middag med taler.** Hver ven siger tre sætninger: noget sjovt, noget pinligt og noget pænt. Hold det under et minut hver.
20. **Pakkeleg for gommen.** Alle tager en lille gave med. Han skal gætte, hvem der har givet hvad. Dillerpuden er garanteret at blive husket.
21. **Karaoke.** Han skal synge en sang, bruden har valgt. Resten skal synge kor.
22. **Pubquiz med gommen som emne.** Vennerne svarer på spørgsmål om ham. Den, der kender ham mindst, betaler for natmaden.
23. **Casinoaften.** Spillepenge, poker og roulette med en ven som dealer. Ingen rigtige penge, kun prestige.
24. **Brevet til gommen i 2036.** Alle skriver et kort brev til ham, som han først må åbne på 10-års bryllupsdagen.

EKSTRA: OVERLEVELSE OG GAVER

25. **Overlevelsessættet.** Pak en lille taske til ham: vand, en saltstang, sko-plastre, tyggegummi og en dåse Klunke Voks mod gnav efter en lang dag i kostume.
26. **Dillerpuden som maskot.** Han bærer den med hele dagen, og alle fotos skal have den med.
27. **Kondomkortet.** Et par lyserøde Join The Cult kondomer i et kort med teksten "Til bryllupsnatten". Sjovt, billigt og faktisk brugbart.
28. **Intimpleje-gaven.** Klunkepakken til gommen, så han er klar til bryllupsnatten. Shaver, intimshampoo og creme i én æske.
29. **Clone A Willy til bryllupsparret.** Kun hvis begge har humor, og kun hvis bruden er med på joken. Gives privat, ikke foran svigerfar.
30. **Fotobog efter dagen.** Én samler alle billeder i en lille bog, som han får til brylluppet. Den bedste gave er minderne.

HVAD KOSTER EN POLTERABEND? ET REALISTISK BUDGET

Post	Pris pr. person (ca.)	Bemærkning
Morgenmad	50 til 75 kr	Rundstykker og kaffe
Aktivitet	250 til 500 kr	Paintball, go-kart eller escape room
Frokost	100 til 150 kr	Smørrebrød eller burger
Middag	300 til 500 kr	Uden drikkevarer
Kostume og gaver	50 til 100 kr	Deles af gruppen

Det er vores grove skøn til planlægning, ikke faste priser. Spørg altid udbyderne direkte. Gommen betaler normalt ikke selv, så hans andel deles af gruppen.

INDRE MONOLOG: GOMMEN KL. 8.01

Det ringer på døren. Du er i underbukser. Du åbner. Seks mænd står i trappeopgangen med solbriller på, selvom det er overskyet. Den ene holder en pose rundstykker. Den anden holder en dillerpude. "Hvad fanden..." siger du. "Klæd om," siger din forlover og rækker dig en Elvis-dragt. Du kigger på bruden. Hun smiler. Hun vidste det. Hun har vidst det i tre uger. "Det er en fælde," tænker du. Det er det. Og det bliver den bedste dag i år.

KLUNKE-KONGENS REGLER FOR EN GOD POLTERABEND

1. **Kend gommen.** Planlæg dagen efter, hvad han synes er sjovt, ikke hvad forloveren synes er sjovt.

2. **Ingen ydmygelse, der går for vidt.** Sjovt for ham, ikke kun for gruppen. Ingen kropslige skader, ingen ulovligheder, intet der rammer bruden.
3. **Hold styr på alkoholen.** Start senere på dagen, spis ordentligt, og drik vand imellem. En gom på skadestuen er ikke en god historie.
4. **Tag hensyn til alle gæster.** Der er måske en svigerfar, en kollega eller en, der ikke drikker. Der skal være plads til alle.
5. **Hold det privat.** Billeder bliver i gruppen, ikke på sociale medier, før gommen har sagt ja.
6. **Sørg for hjemtransport.** Én ædru chauffør, en taxa-aftale eller en overnatning.

GAVER TIL POLTERABENDEN

- Dillerpude 30 cm (199 kr, pris pr. 12. oktober 2026): dagens maskot og en ting, han aldrig glemmer.
- Dick Johnson Join The Cult kondomer (25 kr): lyserøde og allerede smurte. Det billigste grin på hele dagen.
- Klunkepakken All In One (449 kr): shaver, intimshampoo og Klunke Voks. Gommen er klar til bryllupsnatten.
- Clone A Willy (299 kr): kun hvis bruden er med på joken, og kun privat.
- Klunkevalsen (149 kr): digte til oplæsning undervejs, og en bog han kan læse på bryllupsrejsen.
- Klunke Voks (119 kr): til overlevelsestasken. En dag i polyester-kostume gnaver.

Flere gaveideer finder du i polterabend gave til gommen. Skal der holdes tale, så se vores taleskabelon, og vil du have lege til aftenen, så tag julefrokost lege og sjove quizspørgsmål til voksne. Det hele ligger under sjov og ballade.

TAK FORDI DU HENTEDE DEN

KLUNKE VOKS: 3 FOR 2

Klunkernes creme, deodorant og after shave i én dåse. Vælg 3, så er den tredje gratis. Fri fragt over 399 kr.

Se Klunke Voks

FLERE GRATIS DOWNLOADS

- Julequiz for voksne
- Quiz for voksne
- Julefrokost lege
- Pakkeleg regler
- Frække julejokes
- Sjove julerim

klunkevoks.dk · Albino Monkey ApS · CVR DK38161148 · Jukkerupvænge 1, 4420 Regstrup · post@klunkevoks.dk
Priser i dokumentet er fra 23. oktober 2026 og kan ændre sig.