



Rödsle BK

HÄMTA BOLLEN

Hämta bollen: Två lag står på var sin linje. Inom ett område mellan lagen placeras bollar – en boll per spelare. Vid signal springer varje spelare och hämtar en boll, driver den tillbaka till sin linje och sätter foten på bollen. Det lag där alla spelarna först står stilla med foten på bollen har vunnit.

Variant: Dribbla runt en kon bakom linjen och sedan tillbaka till linjen.

Kategoritillhörighet

- Barnträning 5-12 år

Lämplig för åldersgrupper

- 10-12 år (Barnträning)
- 7-9 år (Barnträning)
- 5-6 år (Barnträning)

