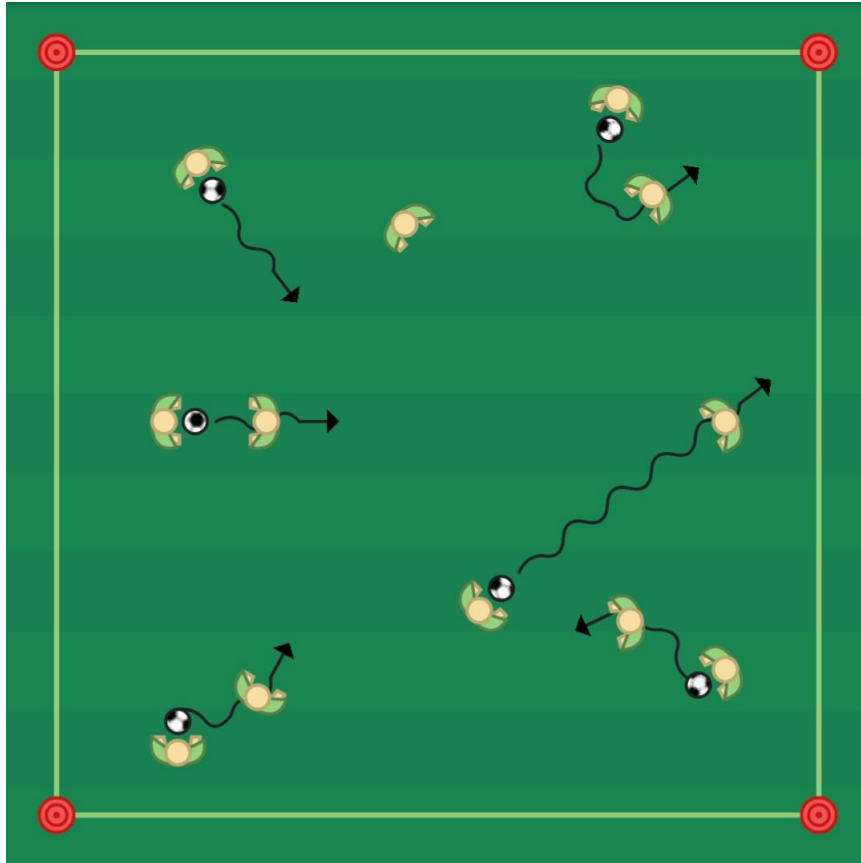




Rödsle BK

Syfte: Uppvärmning, avslutning, ha roligt



Lekar 13

10 x 10m 1 boll / 2 spelare

Anvisningar: Spelarna jobbar i par, men tävlar mot samtliga spelare. Den ena spelaren i paret ställer sig bredbent och den andre har bollen. Nu gäller det för spelaren med bollen att på tid tunnla så många som möjligt av spelarna som står stilla bredbent. Man får inte tunnla samma spelare två gånger efter varandra, det måste tunnlas en annan spelare emellan.
Byt uppgifter efter 45/60 sekunder

Variation: Variera ytans storlek och antalet spelare i ytan.