

IDETYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

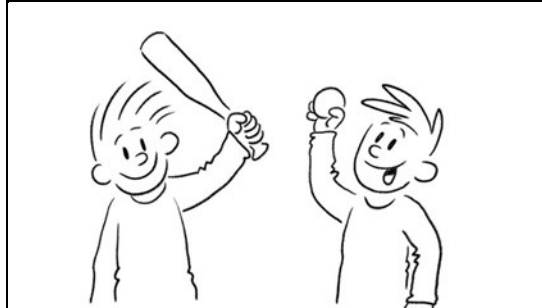
Softball bold og bat.

ANTAL:

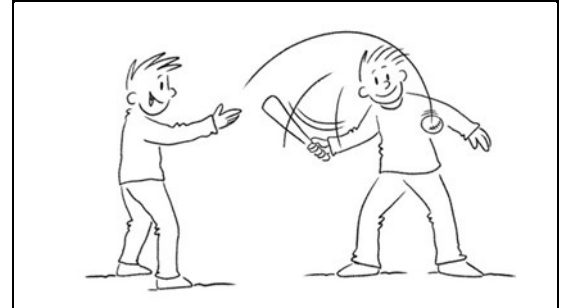
- 1 el. flere
- 2 el. flere
- 3 el. flere
- 4 el. flere

Bort:

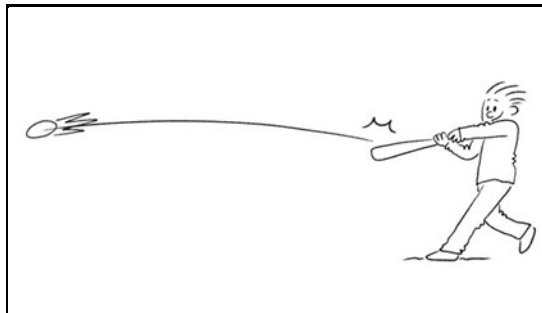
I softball gælder det både om at gribe godt, kaste godt - samt ramme bolden med battet og skyde bolden af sted. Nu skal I arbejde sammen og se, om I kan skyde bolden langt af sted til Langbortistand.

SÅDAN GØR DU:**To og to**

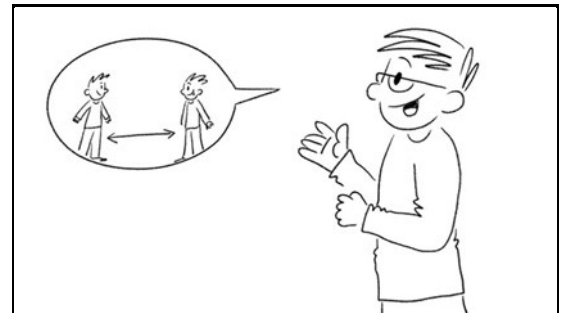
Gå sammen to og to, hvor den ene har battet og den anden bolden.

**Hvor langt kan I skyde?**

Spilleren med bolden står ved siden af og skal kaste bolden med underhåndskast op mod spilleren, der har battet. Ham med battet skal forsøge at ramme bolden og skyde den af sted. Hvor langt kan I skyde?

**Batting konkurrence**

Se, hvem der kan batte længst. Når 1. batter har ramt bolden, løber han/hun ud og stiller sig, hvor bolden lander. Hvem kan skyde længst væk?

**Info til den voksne**

Vær opmærksom på sikkerheden, når børnene svinder battet.



Friends

Batting til Langbortistand

I softball gælder det både om at gribe godt, kaste godt - samt ramme bolden med battet og skyde bolden af sted. Nu skal I arbejde sammen og se, om I kan skyde bolden langt af sted til Langbortistand.

Gå sammen to og to, hvor den ene har battet og den anden bolden. Spilleren med bolden står ved siden af og skal kaste bolden med underhåndskast op mod spilleren, der har battet. Ham med battet skal forsøge at ramme bolden og skyde den af sted. Hvor langt kan I skyde?

Batting konkurrence: Se, hvem der kan batte længst. Når 1. batter har ramt bolden, løber han/hun ud og stiller sig, hvor bolden lander. Hvem kan skyde længst væk?

Voksen: Vær opmærksom på sikkerheden når børnene svin-der battet.

Kids
Sport