

IDETYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

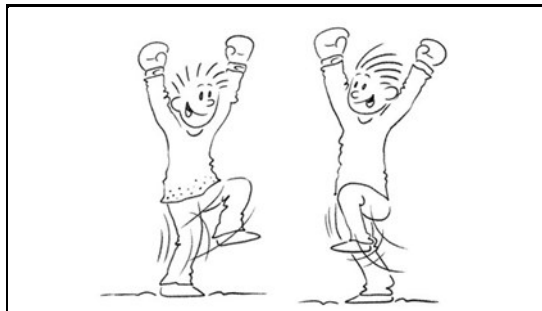
Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

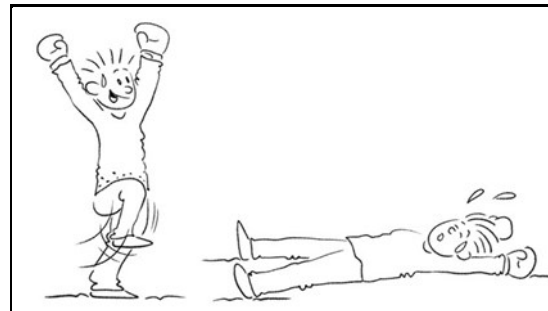
Ingen.

ANTAL:2 el. flere
3 el. flere
4 el. flere**Sejr:**

Når du jubler vildt, flyver arme og ben rundt i luften. At styre både arme og ben samtidig under en jubel kan til tider være svært, uden at der kommer en knude på kroppen. I denne aktivitet skal I have fart i både arme og ben...

SÅDAN GØR DU:**Løbe på stedet**

Løb på stedet og slå lodret med hænderne op i luften, så det ligner en vild jubel.

**Blive ved...**

Bliv ved, indtil I er ved at falde om, eller du har slået en knude på dig selv. Hvem mon giver først op?

**Info til den voksne**

Deltag - og gi' den selv gas sammen med børnene.



SÅDAN!

“Sejr”

Friends

Jubel med Sved

Når du jubler vildt, flyver arme og ben rundt i luften. At styre både arme og ben samtidig under en jubel kan til tider være svært, uden at der kommer en knude på kroppen. I denne aktivitet skal I have fart i både arme og ben...

Løb på stedet og slå lodret med hænderne op i luften, så det ligner en vild jubel. Bliv ved, indtil I er ved at falde om, eller du har slået en knude på dig selv. Hvem mon giver først op?

Voksen: Deltag - og gi' den selv gas sammen med børnene.

Kids
Sport