

IDETYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

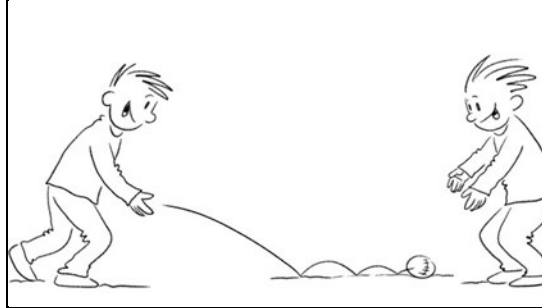
Softball bold og bat.

ANTAL:

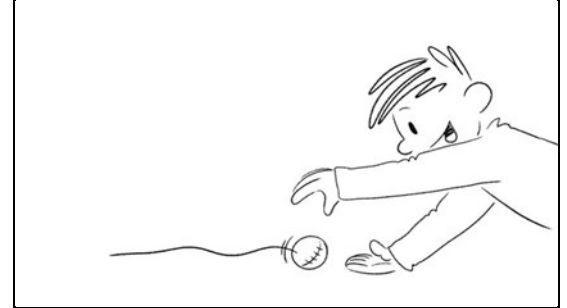
1 el. flere

Zig Zag:

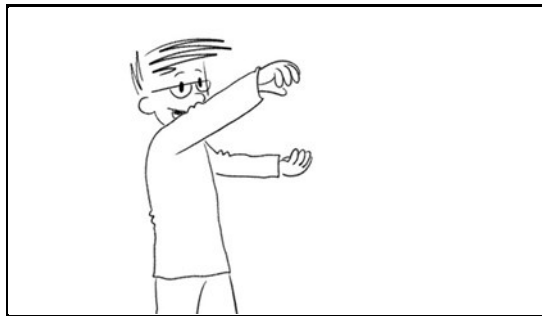
Når bolden i Softball er skudt af sted med battet og triller hen ad jorden, så kan den være svær at fange, da bolden kan "hoppe og danse". I denne aktivitet gælder det om hurtigt at fange bolden.

SÅDAN GØR DU:**To og to**

Gå sammen to og to over for hinanden med 3 - 5 meters afstand og tril bolden som en jordstryger til hinanden.

**Stoppe bolden**

Kan du stoppe bolden, hvor du laver en slags krokodillegab med begge hænder. Den ene hånd har fingrene nede mod gulvet og den anden peger fingrene opad?

**Info til den voksne**

Vis hvordan et 'krokodillegab' ser ud med begge hænder.



“Zig Zag”

Friends

En jordstryger

Når bolden i Softball er skudt af sted med battet og triller hen ad jorden, så kan den være svær at fange, da bolden kan "hoppe og danse". I denne aktivitet gælder det om hurtigt at fange bolden.

Gå sammen to og to over for hinanden med 3 – 5 meters afstand og tril bolden som en jordstryger til hinanden. Kan du stoppe bolden, hvor du laver en slags krokodillegab med begge hænder. Den ene hånd har fingrene nede mod gulvet og den anden peger fingrene opad?

Voksen: Vis hvordan et 'krokodillegab' ser ud med begge hænder.

Kids
Sport