

IDETYPE:

Kids sport - Tennis

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år

REKVISITTER:

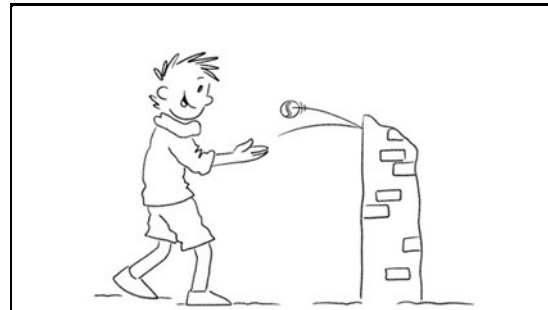
En tennisketsjer og tennisbolde.

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

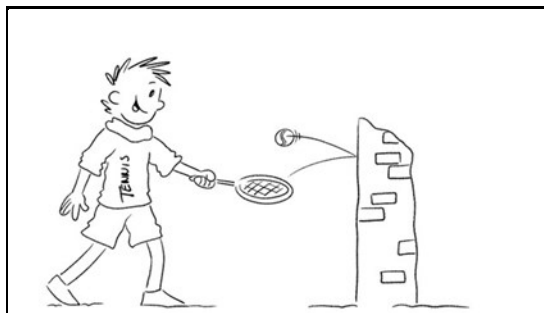
Det er ikke altid, du lige har en ven i nærheden at spille tennis med, og så kan det være fedt at spille op af en mur. Den rammer også hver gang og skyder altid tilbage...

SÅDAN GØR DU:**En mur**

Find en god mur.

**Kast og grib**

Kast bolden med hånden mod muren. Grib bolden, når den kommer tilbage.

**Variation**

Samme øvelse, men hvor I skyder bolden af sted mod muren med tennisketsjeren. Kan I ramme?



” mur ”

Muren skyder tilbage

Free style

Det er ikke altid, du lige har en ven i nærheden at spille tennis med, og så kan det være fedt at spille op af en mur. Den rammer også hver gang og skyder altid tilbage...

Find en god mur og kast bolden med hånden mod den. Grib bolden, når den kommer tilbage.

Samme øvelse, men hvor I skyder bolden af sted mod muren med tennisketsjeren. Kan I ramme?



Kids
Sport