

IDETYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

Fra 5 år; Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

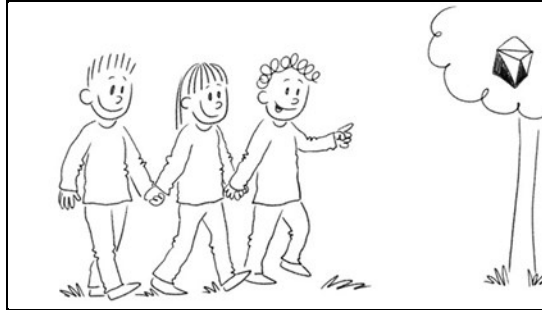
8 stk. posttriangler.

ANTAL:

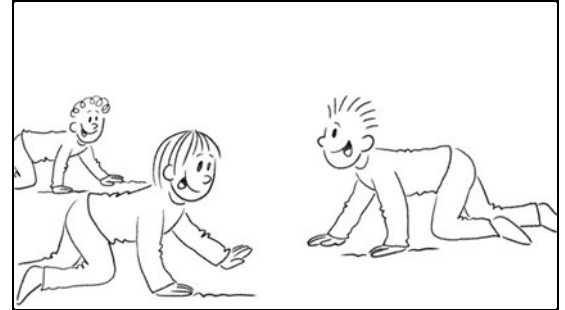
- 1 el. flere
- 2 el. flere
- 3 el. flere
- 4 el. flere

Amok:

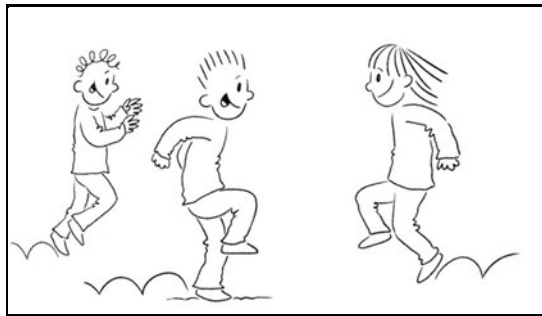
En krop kan bøje, strække, hoppe og alle mulige andre sjove ting. Brug din krop til at lave forskellige øvelser, når I kommer rundt på jeres tur. Slip derfor på skift fantasien løs, når I finder en posttriangel.

SÅDAN GØR DU:**Gå på jagt**

Gå på jagt efter de 8 posttriangler.

**Find på en øvelse**

Skiftes til at finde på en øvelse med kroppen, som alle skal lave. Det kan være hoppe, kravle, rulle mm. Kun din fantasi sætter grænserne.

**Info til den voksne**

Gem og find de 8 posttriangler sammen. Lad dem på skift finde på en øvelse med kroppen, som alle kan lave. Du kan evt. tegne et kort. I går rundt sammen.



“Amok”

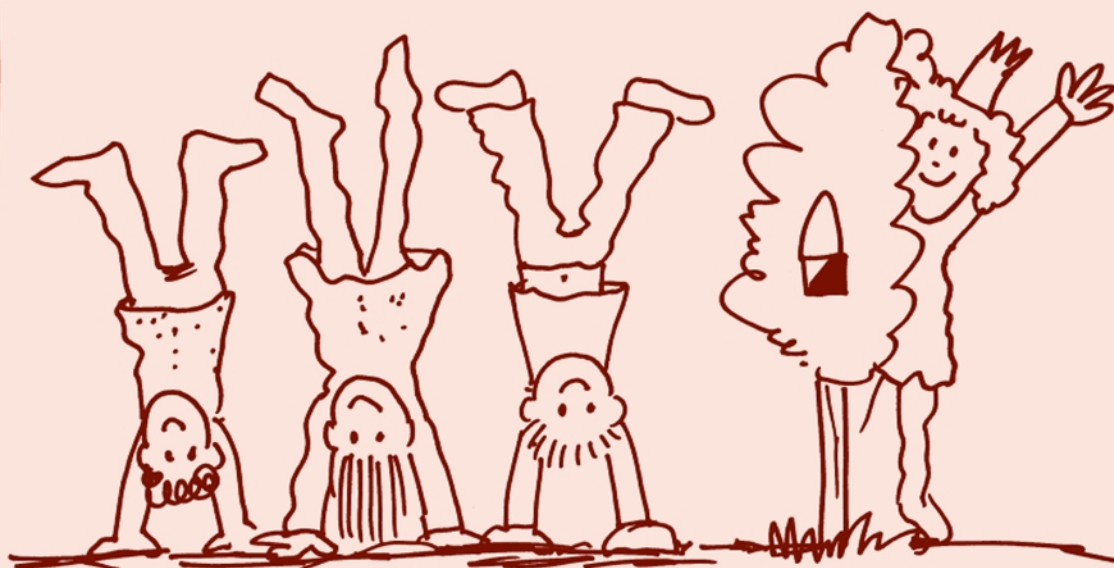
Trick

Følg kongens Krop

En krop kan bøje, strække, hoppe og alle mulige andre sjove ting. Brug din krop til at lave forskellige øvelser, når I kommer rundt på jeres tur. Slip derfor på skift fantasien løs, når I finder en posttriangel.

Gå på jagt efter de 8 posttriangler og skiftes til at finde på en øvelse med kroppen, som alle skal lave. Det kan være hoppe, kravle, rulle mm. Kun din fantasi sætter grænserne.

Voksen: Gem og find de 8 posttriangler sammen. Lad dem på skift finde på en øvelse med kroppen, som alle kan lave. Du kan evt. tegne et kort. I går rundt sammen.

Kids
Sport