

**IDETYPE:**

Idræt og Træning

**ALDERSGRUPPE:**

Fra 3 år

**REKVISITTER:**

En mellemstor bold.

**ANTAL:**

Min. 2

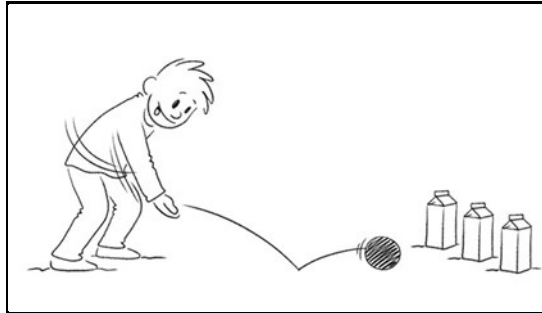
**VARIGHED:**

Min. 10 minutter

**Bowling:**

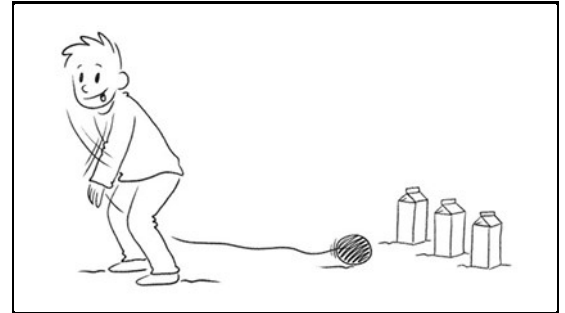
Stil tomme mælkekartoner, vandflasker eller andet op som bowlingkegler.

**SÅDAN GØR DU:**



**Variation 1**

Forsøg nu at vælte 'keglerne' ved at trille med bolden. Prøv det samme, hvor du kaster eller sparker til bolden.



**Variation 2**

Gør afstanden mindre og prøv nu om du kan vælte 'keglerne' ved at trille bolden imellem dine ben, imens du står med ryggen til.



**Husk**

Husk at råbe 'Strike', hvis du vælter alle 'keglerne'!



# BOWLING

# VÆLT KEGLERNE

Stil tomme mælkekartoner, vandflasker eller andet op som bowling-kegler.

- Forsøg nu at vælte 'keglerne' ved at trille med bolden. Prøv det samme, hvor du kaster eller sparker til bolden.
- Gør afstanden mindre og prøv nu om du kan vælte 'keglerne' ved at trille bolden imellem dine ben, imens du står med ryggen til.

Husk at råbe 'Strike', hvis du vælter alle 'keglerne'!

