

**IDETYPE:**

Idræt og Træning

**ALDERSGRUPPE:**

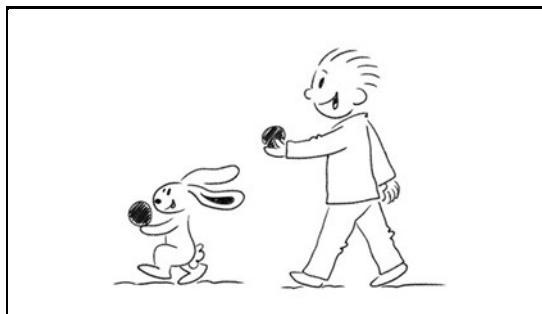
Fra 2 år

**REKVISITTER:**Hver deltager skal bruge:  
En soft- eller skumbold**ANTAL:**

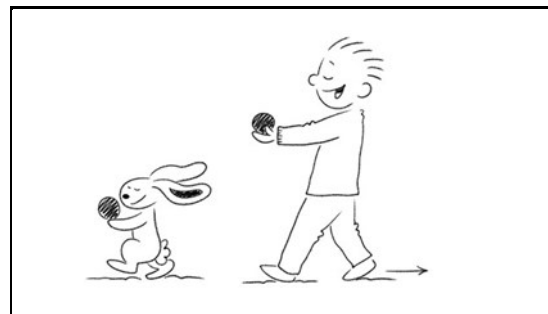
- 1 el. flere
- 2 el. flere
- 3 el. flere
- 4 el. flere

**Hold balancen:**

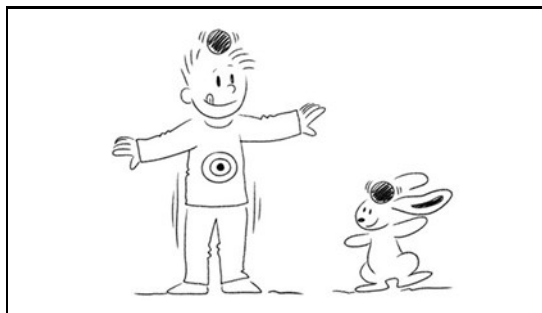
Forestil dig, at bolden er et kæmpe påskeæg.

**SÅDAN GØR DU:****Gå rundt**

Gå rundt med påskeægget med begge hænder eller én hånd og se, om du kan undgå at tabe det.

**Med lukkede øjne**

Prøv det samme imens du går baglæns, står på et ben, sætter dig ned i hug eller måske med lukkede øjne.

**Balancere**

Prøv at balancere med påskeægget på andre måder, fx på hovedet, håndryggen, på armen eller på foden.

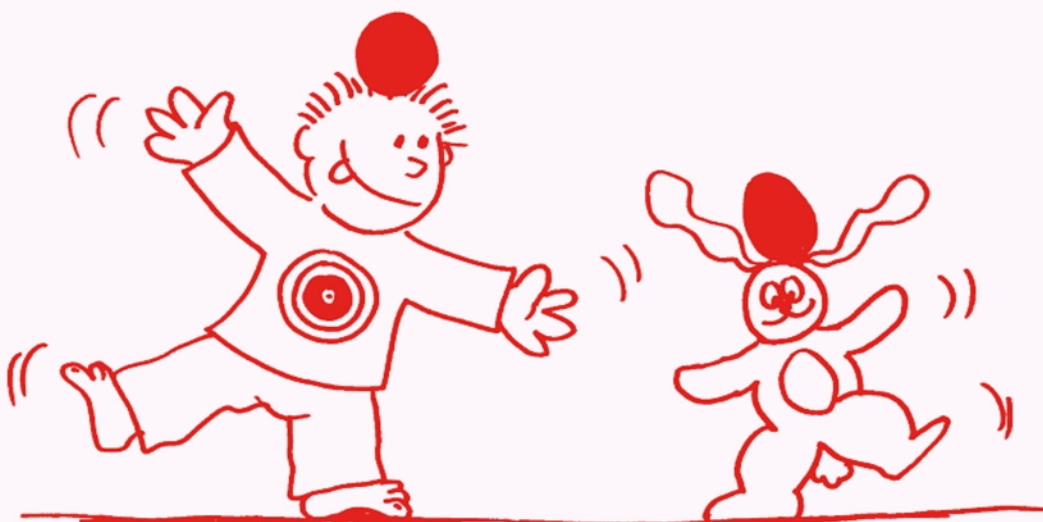


# HOLLO BALANCEN

# PAS GODT PÅ PÅSKEÆGGET

Forestil dig, at bolden er et kæmpe påskeæg.

- Gå rundt med påskeægget med begge hænder eller én hånd og se, om du kan undgå at tabe det.
- Prøv det samme imens du går baglæns, står på et ben, sætter dig ned i hug eller måske med lukkede øjne.
- Prøv at balancere med påskeægget på andre måder, fx på hovedet, håndryggen, på armen eller på foden.



**FAMILY  
SPORT**