

**IDETYPE:**

Idræt og Træning

**ALDERSGRUPPE:**

Fra 5 år

**REKVISITTER:**

Ærteposer.

**ANTAL:**

Min. 2

**Racerløb:**

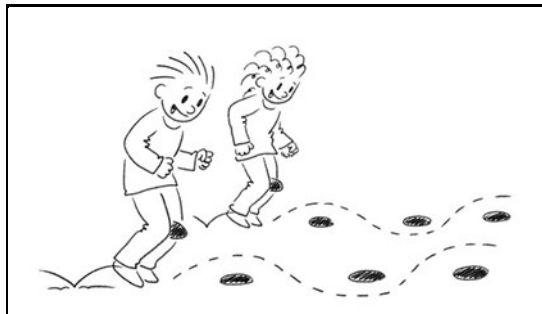
At være hurtig kan være vigtigt, når man er i sportens verden. Herunder skal du både bruge fart, men også hovedet.

**SÅDAN GØR DU:****Racerbanen**

Lav en startlinje og en racerbane af ærteposerne, så du skal løbe i zik-zak.

**Zik-zak**

Den ærtepose, der er placeret længst væk, skal du en hel omgang rundt om, inden du løber zik-zak retur. Hvem kommer først over målstregen?

**På tid**

Lav en stafet på tid, hvor I prøver at holde en ærtepose mellem knæene, under hagen eller på hovedet. Hvem er hurtigst?



# RACERLØB



# WRUM WRUUUUUM

At være hurtig kan være vigtigt, når man er i sportens verden. Herunder skal du både bruge fart, men også hovedet.

- Lav en startlinje og en racerbane af ærteposerne, så du skal løbe i zik-zak. Den ærtepose, der er placeret længst væk, skal du en hel omgang rundt om, inden du løber zik-zak retur. Hvem kommer først over målstregen?
- Lav en stafet på tid, hvor I prøver at holde en ærtepose mellem knæene, under hagen eller på hovedet. Hvem er hurtigst?



**FAMILY  
SPORT**