

IDETYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

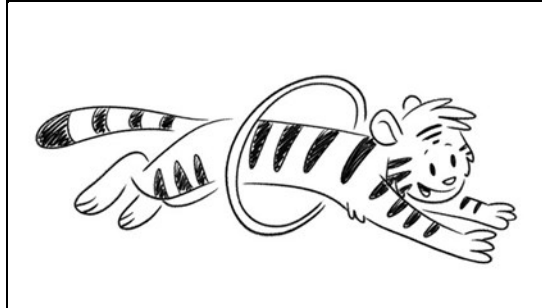
Fra 5 år

REKVISITTER:Hulahopring eller
tøndebånd.**ANTAL:**

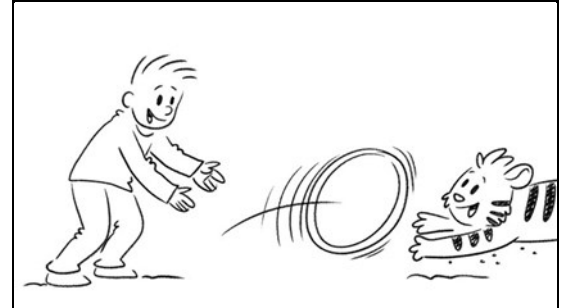
Min. 2

VARIGHED:

Min. 10 minutter

Tigerspringet:Dette trick er vildt, farligt og kræver dit fulde mod.
Tør du og kan du lave Tigerspringet?**SÅDAN GØR DU:****Tigren**

Kast hulahopringen frem og få den til at spinne tilbage - kan du hoppe igennem den som en Tiger?

**Tips...**

Øvelsen er nemmere, hvis du får en anden til at kaste hulahopringen.

**Psst...**

Når du springer igennem hulahopringen, så sørg for at der ikke er en mur på den anden side.



TIGER SPRINGET



TRICK

KUN FOR DE MODIGE

Dette trick er vildt, farligt og kræver dit fulde mod.
Tør du og kan du lave Tigerspringet?

- Kast hulahopringen frem og få den til at spinne tilbage - kan du hoppe igennem den som en Tiger?

(Øvelsen er nemmere hvis du får en anden til at kaste hulahopringen)

Psst.. Når du springer igennem hulahopringen, så sørg for at der ikke er en mur på den anden side



**FAMILY
SPORT**