

IDETYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

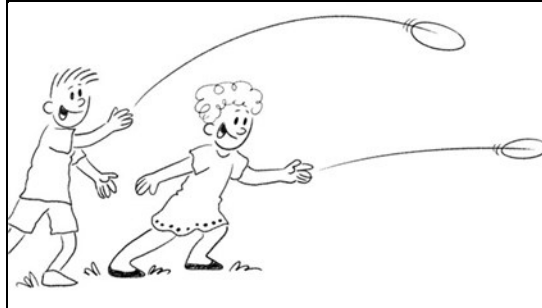
Frisbee.

ANTAL:

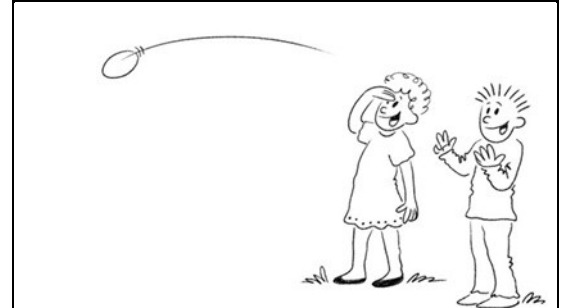
Gruppe

Dyst:

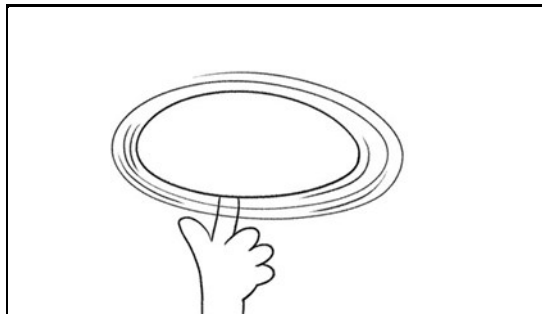
Ingen disc-pakke uden en lille sjov familiekonkurrence. Husk nu at det ikke gælder liv eller død, men at det blot er for sjov.

SÅDAN GØR DU:**Kaste**

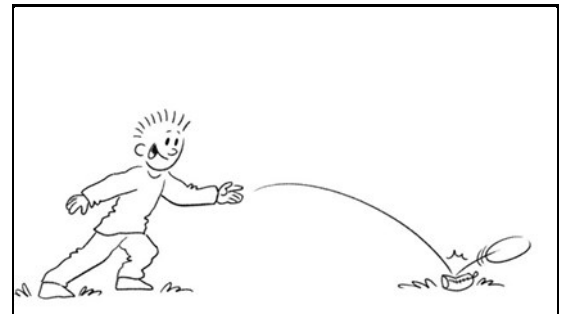
Hvem kan kaste længst? Hvem kan kaste højest?

**Svæve**

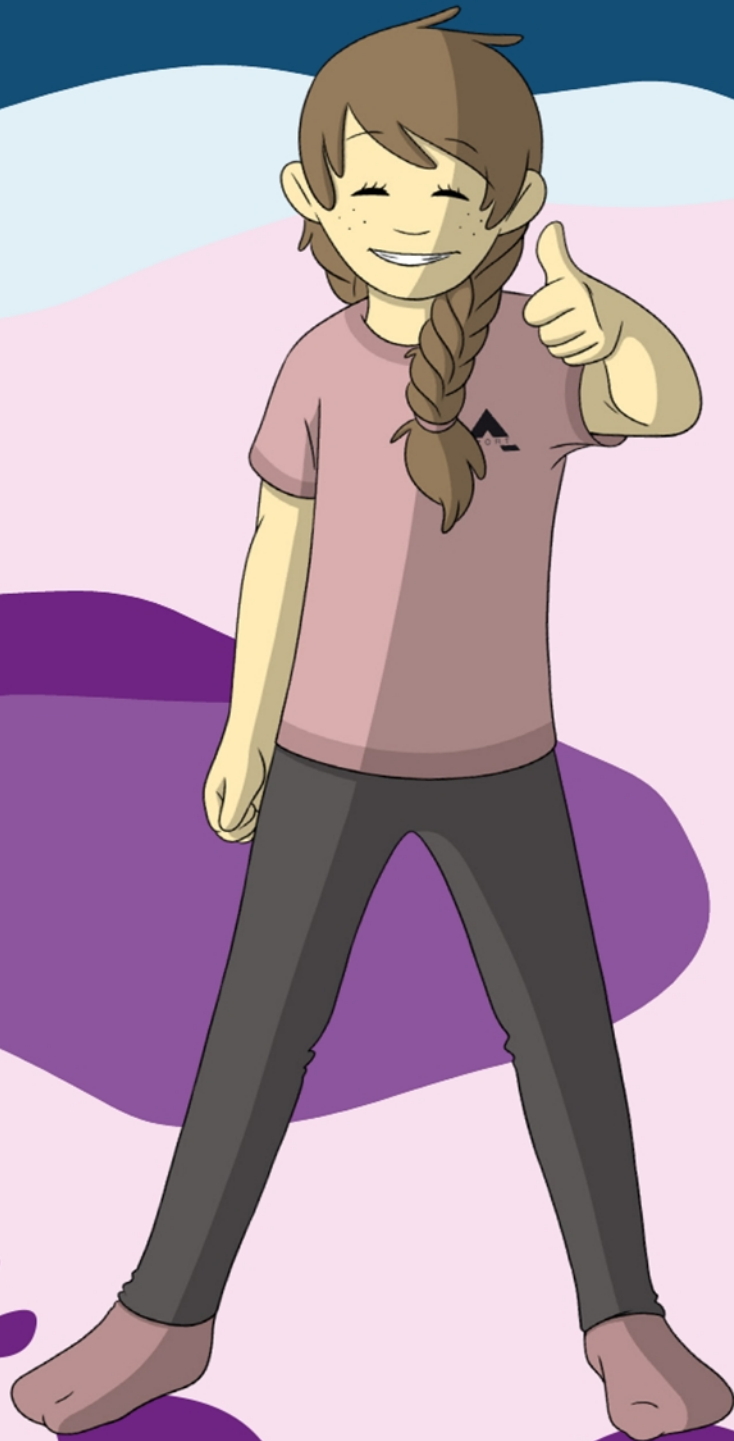
Hvem kan få den til at svæve længst tid i luften? Kast den op i vinden og tæl sekunderne til den er grebet igen.

**Balancere**

Hvem kan balancere og snurre rundt længst tid med disc'en på én finger, som en pizzabager med en pizza?

**Slip kreativiteten løs**

Eller slip kreativiteten løs og skyd til måls efter penalhuse, mælkekartoner, papkrus sat op i en pyramideform, eller hvad I nu finder på?



“Dyst”

Dyst for Sjov

Free style

Ingen disc-pakke uden en lille sjov familiekonkurrence. Husk nu at det ikke gælder liv eller død, men at det blot er for sjov.

Hvem kan kaste længst?

Hvem kan kaste højest?

Hvem kan få den til at svæve længst tid i luften? Kast den op i vinden og tæl sekunderne til den er grebet igen.

Hvem kan balancere og snurre rundt længst tid med disc'en på én finger, som en pizzabager med en pizza?

Eller slip kreativiteten løs og skyd til måls efter penalhuse, mælkekartoner, papkrus sat op i en pyramideform, eller hvad I nu finder på?

