

**IDETYPE:**

Idræt og Træning

**ALDERSGRUPPE:**

Fra 8 år; Fra 12 år

**REKVISITTER:**

En volleyball eller en ballon.

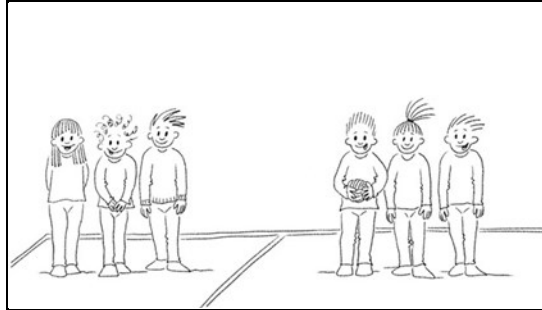
**ANTAL:**

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

**Ballon:**

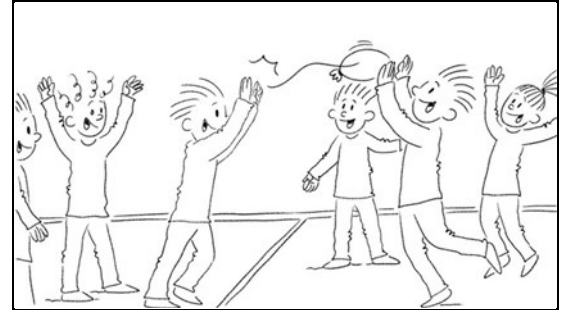
Luft i en ballon gør, at ballonen ikke så hurtigt falder til jorden - det er derfor nemmere at spille med en ballon end med en bold. Her er en god klassisk ballonkamp, hvor alle kan være med.

**SÅDAN GØR DU:**



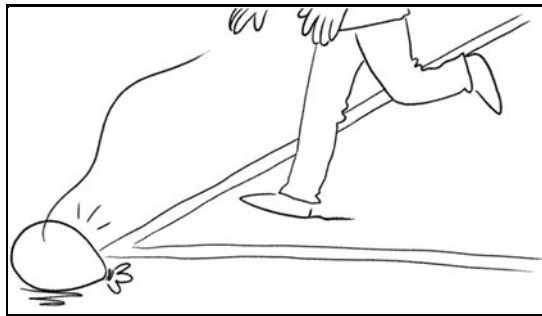
**Banen**

Lav en bane med en midterlinje og del 2 hold. Se, hvor mange gange I kan skyde bolden over midterlinjen.



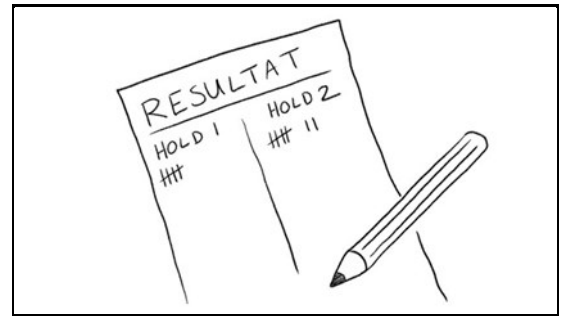
**3 gange**

Samme spil, men hvor I max må ramme bolden 3 gange på hver side.



**Point**

Spil en kamp. Der tælles point, hvis ballonen ryger uden for banen eller rammer jorden.



**Info til den voksne**

Hjælp til med at lave en bane og tæl evt. point.



Crazy

# Luftballoner i Kamp

Luft i en ballon gør, at ballonen ikke så hurtigt falder til jorden – det er derfor nemmere at spille med en ballon end med en bold. Her er en god klassisk ballonkamp, hvor alle kan være med.

Lav en bane med en midterlinje og del 2 hold. Se, hvor mange gange I kan skyde bolden over midterlinjen.

Samme spil, men hvor I max må ramme bolden 3 gange på hver side.

Spil en kamp. Der tælles point, hvis ballonen ryger uden for banen eller rammer jorden.

Voksen: Hjælp til med at lave en bane og tæl evt. point.

Kids  
Sport