

SK♥LERNES MOTIONS DAG

SBBS
.INFO



Aktivitet

Frisbee-freegoal (fra gameboosters.dk)



Krav

To hold med 3-6 spillere på hvert hold. Hvis der er for mange spillere på banen, kan der spilles med udskiftere. Dem der er ude, skal løbe en runde rundt om banen for at komme ind igen. Frisbee, overtrækstrøjer, evt. kegler til at markere banen, kegler eller hulahopringe til mål. Banens størrelse afhænger af deltagerantallet, fx en badminton- eller volleybane.



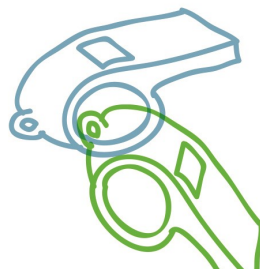
Beskrivelse

Der gælder om for de to hold at score flest mål. Fire mål skal placeres på banen, ét ved hver sidelinje, men så man kan komme hele vejen rundt om målet. Hvis ikke man har hulahopringe, kan man bruge fire kegler til at danne en firkant, eller forme et sjippetov til en cirkel. Man scorer ved at modtage frisbee'en inde i målet. Holdet skal have haft tre berøringer i træk, før der kan scores. Det samme mål må ikke bruges til scoring to gange i træk.

Ingen kropskontakt, det vil sige at man kun erobrer frisbee'en i luften eller når den ligger på gulvet. Når man scorer lægges frisbee'en på jorden i målet, og det andet hold giver op derfra. Kastes der ud over sidelinjen, er frisbee'en tabt og det andet hold har indkast.



dansk
skoleidræt



TrygFonden

