

Pil ud

IDRÆTSGREN
TID

Tennis
10 min.

ALDERSGRUPPE
DELTAGERE

8 - 12 år
10 - 20 deltagere



Beskrivelse af øvelsen

Et antal spillere (eks. 10, måske flere) står på banen fordelt på hver sin banehalvdel. De 2 hold spiller mod hinanden, hvor pointtælling, serveform etc. afpasses efter de enkelte spilleres styrkeforhold. Når der laves fejl, ryger den pågældende spiller, som har lavet fejlen, ud på sidelinjen.

Formål:

At vinde sin kamp / at forblive på banen.

Succes:

Når kampene er tilpasset efter korrekt styrkeforhold, opnår spillerne størst udbytte.

Variation:

Hver enkel spiller har et antal liv, afpasset efter spillerstyrke, f.eks. har en god spiller kun ét liv og "dør" således efter første fejl.

Øvelsen kræver

Materialer:

30 tennisbolde.