

# Cirkeltennis

IDRÆTSGREN  
TID

**Tennis**  
**10 min.**

ALDERSGRUPPE  
DELTAGERE

**7 - 16 år**  
**2 - 8 deltagere**



## Beskrivelse af øvelsen

Der spilles 1 mod 1 på en cirkelbane på ca. 1,5 diameter. Kampen sættes i gang ved at den ene spiller slår bolden op i mindst skulderhøjde ind i cirklen. Nu skal den anden, når bolden har ramt jorden, også slå bolden til mindst skulderhøjde. De skiftes til at slå til bolden, indtil en laver fejl, hvorefter der "serves" igen. Man kan spille på tid eller til et aftalt antal, f.eks. først til 10.

### Formål:

At øve præcision.

### Succes:

Når spillerne evner at styre boldene præcist ind i cirklen.

### Variation:

Hvis der er flere hold, kan der spilles med op- og nedrykning, så man efter en tid ser, hvem der ender på toppen. Skift til alm. tennisbold.

## Øvelsen kræver

### Materialer:

1 skumbold pr. par.

