

[1]

# LASCOM

---

## AKTIVITETER



## Fotbollsspel "Human Table Football"

### Både inom- och utomhus Aktivitet

Det gamla fotbollsbordsspelet i jättestorlek vars speljäser är ni som deltar.

5 personer i varje lag. 2 anfallare, 2 mittfältare och 1 bak, ingen målvakt. De 2 mittfältarna är fastspända tillsammans på en 7 meter lång skena. Detta innebär att de rör sig endast i sidled tillsammans. Detsamma gäller anfallarna. Backen är fastspänd på en egen skena. **Lagspel** är nyckelordet, utan samarbete kommer deltagarna ingenstans och motståndarna har lätt att göra mål. Spela en enkel match eller en hel turnering med flera lag i ett gruppspel och final.

Kan spelas på gräs, grus, asfalt eller inomhus.

- Tidsåtgång: 1 till 1,5 timmar
- Både inom- och utomhus, minsta ytan 14 x 8m
- Antal personer: 10 – 60/bana
- Fritidskläder efter väder

•Vi har graderat våra olika aktiviteter beroende på hur fysiskt krävande de är mellan skala 1 till 5, 1 = är inte fysiskt krävande och 5 är fysiskt krävande. **Denna aktivitet = 3.**

