

[1]

LASCOM

AKTIVITETER



Bungy Fotboll

Utomhus Aktivitet

Två fyrmannalag spelar mot varandra i en uppblåsbar arena 12 x 7m. Spelarnas rörelser är hindrade av ett bungyrep. De kan röra sig fritt i sidled men inte framåt eller bakåt. Här krävs kraft, teknik och samarbete. Spelarna är fastspända runt midjan med ett bälte som är kopplat till ett bungyrep, två personer på varje rep och ingen målvakt.

- Tidsåtgång: 1 till 1,5 timmar
 - Endast utomhus på gräs, minsta ytan 13 x 8m
 - Antal personer: 8 – 50
 - 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 - 5.**

