

ELASTIKBÅND

5 FORSKELLIGE BELASTNINGER TIL TRÆNING – VEJLEDNING LIGGER
SAMMEN MED ELASTIKKERNE.



2 stk Story Monarch oppustelig SUP



DISC GOLF

2. STK TRANSPORTABLE MÅL, SAMT DRIVER, PUTTER DISC MM, I TASKE.



FODBOLD – KROKET

2 PINDE – 4 BOLDE – 10 PORTE



CORNHOLE



Cornhole

I Cornhole spiller man en mod en eller to mod to.

Start med at finde en jævn overflade, hvor I kan lægge spillepladerne. Afstanden mellem spillepladerne skal være cirka 4 meter.

Vælg, hvem der skal begynde. Hvis I spiller to mod to, skal holdkammeraterne stå ved hver sin spilleplade. Hvis I spiller en mod en, skal modstanderne kaste fra den samme side. Du skal stå med fødderne bag kanten af spillepladen, når ærteposerne kastes.

Du og din modstander skiftes til at kaste ærteposer mod spillepladen på den modsatte side.

Når begge spillere har kastet alle fire poser, lægges pointene sammen, og derefter kaster spillerne på den modsatte side poserne tilbage.

Hvis I spiller en mod en, går I over til den modsatte spilleplade og kaster ærteposerne tilbage derfra.

Vinderen er den første spiller/det første hold, der når op på 21 point (eller mere).



FUN ZONE

SOFT TENNIS ELLER BADMINTON – 2 SÆT



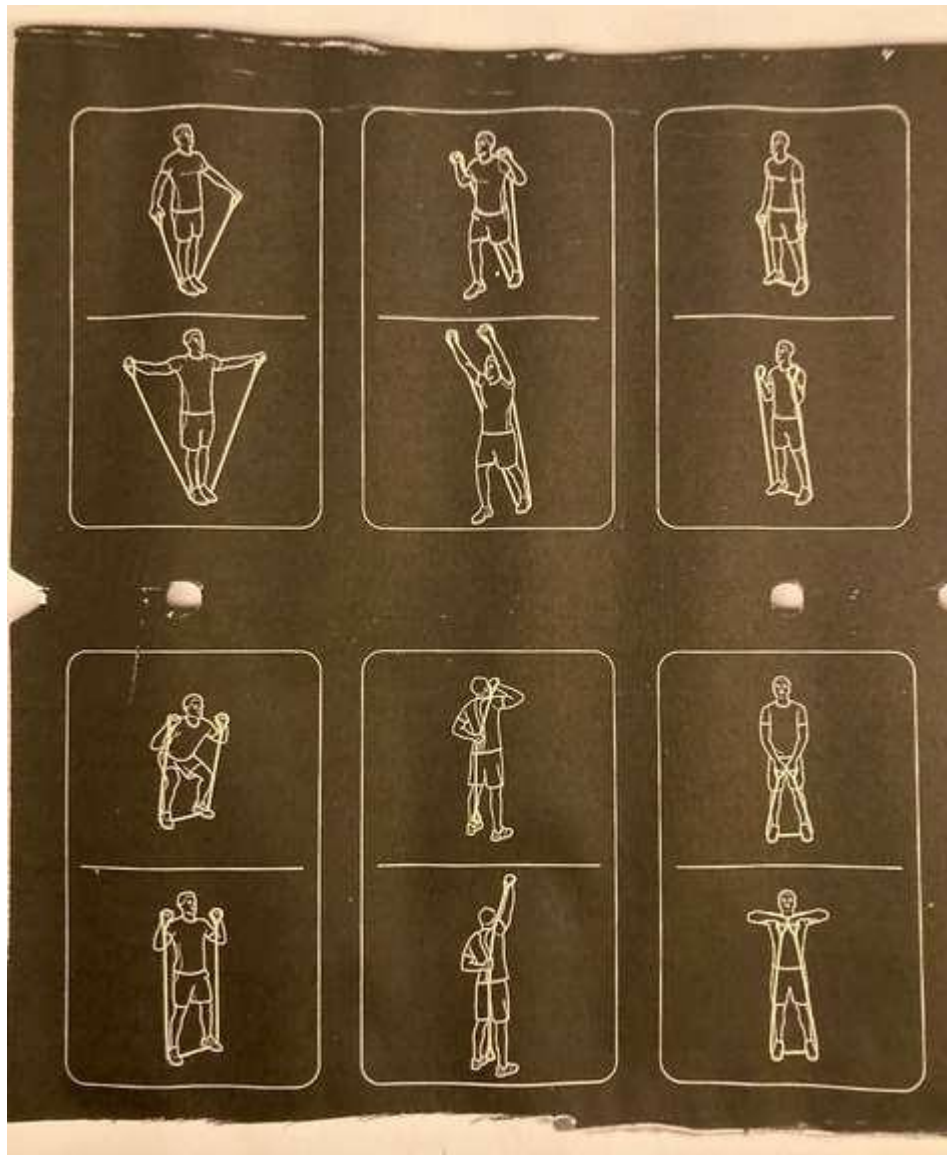
HOCKEY SÆT

2 MÅL – 6 HØJREVENDE OG 6 VENSTREVENDE STAVE. 50 BOLDE, KEGLER TIL AFMÆRKNING.



NIKE – RESISTANCE BAND

ET MODSTANDS ELASTIK - 13 KG MODSTAND



RUNDBOLD



Man inddeler deltagerne i to hold, og kampen spilles i "to halv-lege". De to hold er "inde" og "ude" i hver sin halvleg. Spilletiden aftales, inden kampen begynder. Inden kampen trækkes der lod om, hvilket af holdene der skal være ude først. Den valgte dommer har til opgave at dømme fejlslag, "døde" samt skrive point.

Indeholdet skal stå på række bag opgiveren og 4. base. Den, der står først i rækken, er slåeren, som skal have god plads mellem sig og den spiller, der står for tur til at slå næste slag. Hver spiller får max 3 slag. Ved godkendt slag må spilleren ikke fortsætte med at slå, selv om han har flere slag tilbage.

Et slag er godkendt, hvis det går inden for base 1 og 4, og hvis bolden ikke studser inden. Et godt tip er at lave regelfortolkninger inden kampens start. Fx kan et slag kan også gælde, selv om det ikke er inden for base 2 og 3. De definitive regler aftales i selv.

Hvis en spiller mislykkes med alle 3 slag, går turen videre til næste deltager, og spilleren skal gå til base 1.

Alle baser skal rundes og må ikke flyttes i løbet af spillet. En indespiller, som står ved base 1, 2 eller 3, skal stå bag basemærket, når han venter på slag. Når en spiller passerer base 4, er han "inde".

En indespiller "dør", hvis han befinder sig mellem to baser, når opgiveren får bolden, træder på pladen og råber "Rundbold!".

En "død" spiller går, uanset hvor han befinder sig, direkte til base 1. Slåeren vælger selv, om han vil vente, til spilleren er på plads.

Et hold kan "dø", hvis alle spillere på holdet befinder sig på banen, og ingen er kommet ind. I det tilfælde skifter holdene straks plads, uanset spilletiden.

Pointberegning

Indeholdet

1p for indkomne spillere

6p fromgang (eget slag)

Udeholdet

1p for "død"

1p for at gribe bolden

(evt. 2p for at gribe bolden med én hånd)

Strafpunkt (til modstanderholdet)

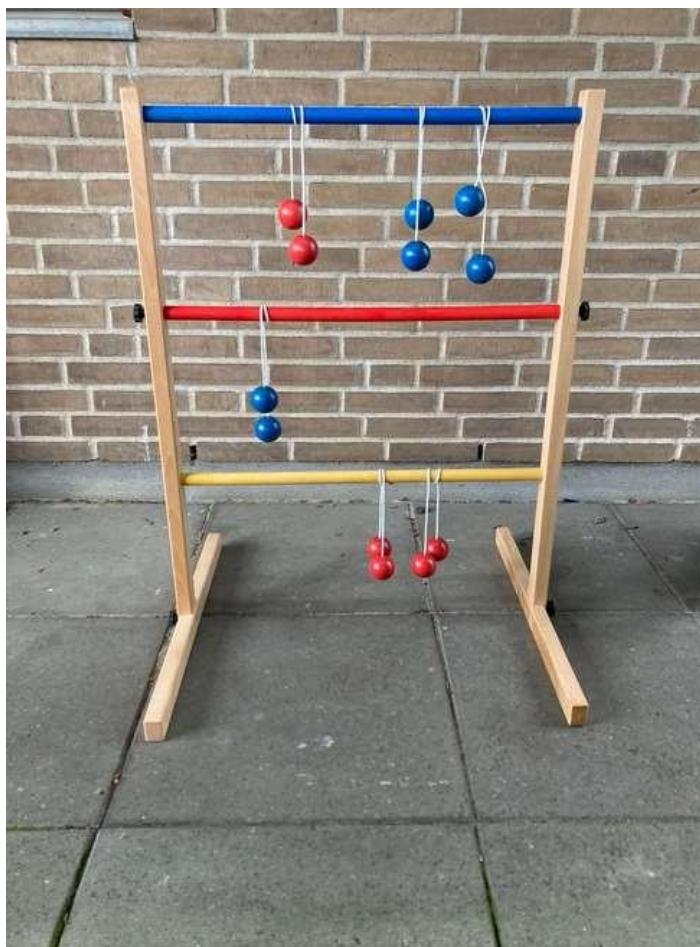
1p hvis slåeren kaster boldtræet

1p hvis nogen står i vejen for indespillere



STIGEGOLF

2 DELTAGERE DYSTER MOD HINANDEN. DE FÅR HVER 3 SÆT GOLFBOLDE, HVOREFTER DE SKIFTES TIL AT KASTE MOD STIGEN. SPILLERNE SKAL PLACERES 5 METER FRA STIGEN. ØVERSTE TRIN, BLÅ, GIVER 3 P. HVIS BOLDENE BLIVER SIDDENDE. RØD, DEN MIDTERSTE GIVER 2P. OG GUL, DEN NEDERSTE 1 P. DEN SPILLER SOM FØRST FÅR 21 POINT HAR VUNDET.



SPIKE-BALL

ET SÆT MED 2 BOLDE – SPILLE VEJLEDNING LIGGER VED SPILLET



TRÆNINGSSLYNGER

2 STK SLYNGER – KOMPLET TRÆNINGS PROGRAM VEDLAGT.



STANGTENNIS



This game is called tether ball; instead of paddles, you strike the ball with your hands.

KONGESPIL - KUBB



LUCIO LONDERO & C. s.n.c.

GIOCATTOLI IN LEGNO

33010 TRASAGHIS (UDINE) - ITALY
S.S. 512 km. 20 - Tel. 0432 984030 - Telefax 0432 984221
www.londero.it

SPELREGLER

N

Kubb, ett spel från vikingatidens Gotland för två till tolv spelare

Innehåller 1 kung, 10 kubbar, 4 hörnpinnar samt 6 kastpinnar

Inledning: Planens storlek kan antingen vara 5x8 meter eller 8x10 meter. Markera de fyra hörnen med hörnpinnarna. Mitt på planen placeras kungen.

De tio kubbarna placeras i två led, fem i varje, med jämna mellanrum mellan hörnpinnarna på respektive kortsidas baslinje.

Lotta två lag (A och B) lagen kan ha alltifrån 1 till 6 spelare. Området mellan baslinje och kungen är respektive lags planhalva. Lag A förfogar först över de sex kastpinnarna som fördelats så jämt som möjligt inom laget.

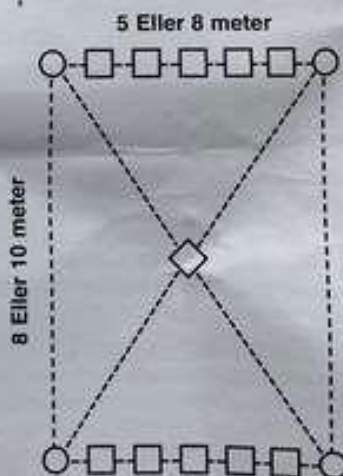
Spelets gång: Från egen baslinje kastar lag A sina kastpinnar mot lag B:s Kubbar. Endast underarmskast bakifrån och framåt är tillåtna- inte helikopter - frisbeekast eller kast på tvären.

När samtliga pinnar är kastade skall en utsedd medlem i lag B kasta över de kubbar som fällt till A:s planhalva. Kubbarna ställs upp där de landat. Kastar en kubb bakom A:s baslinje, lyfts den in vinkelrät och placeras på A:s planhalva. Kubb som kastats för kort och stannat på B:s planhalva kastas om. Misslyckas kastet ges en andra och sista chans. Om även detta misslyckas skall motståndaren placera kubben en kastpinne längd bakom kungen vilket försvårar spelet. Sträva efter att kasta kubbarna så att de landar nära varandra och så nära mittlinjen som möjligt. Det ökar möjligheten att fälla flera med en och samma kastpinne.

Kastpinnarna går nu över till lag B som i första hand skall försöka fälla de egna kubbar som står på A:s planhalva. Blir någon av dessa kvar tillåts lag A att nästa omgång flytta sin baslinje till denna. Med bara en stående kubb kvar att träffa får motståndaren inte använda sin sjätte och sista kastpinne i omgången, då denne skall användas för att slutligen slå ut kungen. Lag som däremot slår ut kungen under spelets gång har förlorat. Spelet fortsätter växelvis tills endera laget slagit ner alla kubbar utom kungen.

Segrare: Det laget har slagit ner alla kubbar skall nu även fälla kungen med den eller de kastpinnar som finns kvar. Om man lyckas har man vunnit. Om inte, är motståndarlaget segrare.

Behandla speljäaserna med träolja för längre hållbarhet!



BORDTENNIS – 2 SÆT

Et bordtennissæt med click-on net har den store fordel, at det gør bordtennis til allemandsseje, da man ikke behøver at investere i et stort og dyrt bordtennisbord. Med et Click-on net kan du sætte et bordtennisbord op overalt, og derfor spillet det altid sjove spil, når du vil og hvor du vil.

Click-on bordtennisnettet kan normalt bruges på de fleste standardborde, herunder både indendørs og udendørs borde. Det er dog altid en god idé at tjekke om nettet er kompatibelt med dit bord. Vores Click-on net kan udstrækkes op til 1,65 m. og klikkes på bordkanter op til 5 cm. tykkelse.



2 SÆT PETANQUE



SPIKE-BALL

ET SÆT MED 2 BOLDE – SPILLE VEJLEDNING LIGGER VED SPILLET



Pitjau spil

