

RUNDT OM BORDET

Deltagere:

4-8 spillere

Banen:

Et bordtennisbord

Beskrivelse af øvelse:

Der spilles med én bold som holdes i gang samtidig med at man løber rundt om bordet og skiftes til at spille bolden over nettet.

Man går ud, når man har kikset. Der spilles en finale bedst á 3 bolde.

Formål:

Stor aktivitet - opvarmning, bold/bat - fornemmelse og sjov.