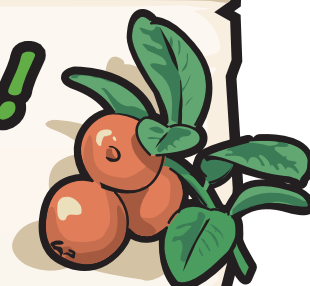


NATURLIGTVIS!

ÖVNINGAR OM OCH I NATUREN



FÖRFATTARE:
Karin Ekh

REPBANA

Material: ett tjockare rep (20 meter), ett kort rep som är hopknutet som en ögla, ett tidtagnings ur eller en klocka för att ta tiden

Gör i ordning banan genom att gå lite sicksack mellan olika träd när du håller i det tjockare repet. Slutet på banan är även början på banan, dvs. det tjockare repet knyts ihop i ändarna. Glöm inte att trä igenom det tjocka repet genom det hopknutna öglan. Repet ska placeras i midje-/överkroppshöjd.

Vem tar sig nu snabbast runt repbanan?

En person måste vara tidtagare.

Håll i den korta öglan med en hand och under hela banan får den handen aldrig släppa taget. Tag dig runt hela repets längd på kortast möjliga tid utan att släppa greppet. Den som kommer runt på kortast tid vinner!