SIF KÄPPHÄSTUTMANING!

Banan är inspirerad av tävlingformen Småli

START



1 Slalom mellan koner

2 Hoppa över hinder



3 Plocka upp en flagga ur hinken och galoppera in i mål!

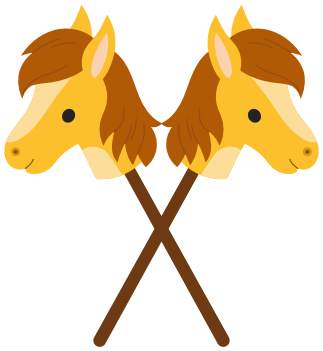
MÅL



SIF KÄPPHÄSTUTMANING!

Banan är inspirerad av tävlingformen Småli

Material:



- Käpphästar (minst två)
- Koner (6-8)
- Hinder (minst två)
- Hink (med något tungt i botten)
- Flaggor (minst tre)
- Valfri markering för start och mål (ex. rep/koner)
- Tidtagarur (går även att använda mobiltelefon)

Tips!

- Ni väljer själva hur ni lägger upp banan, bilden är endast ett förslag.

- Placera en ledare vid start och en vid mål. Om du är ensam ledare kan det underlätta att placera start och mål i anslutning till varandra ex. genom att förlänga “galoppsträckan” hela vägen runt banan.

- Lägg något tungt i botten på hinken (ex. grus) för att undvika att den välter.

- Ha många flaggor för att undvika att det blir tomt i hinken om det är många som står i kö.

- Tidtagning är absolut inte nödvändigt och ska endast ske om den som deltar själv vill det. Det ska vara roligt och kravlöst att delta!