

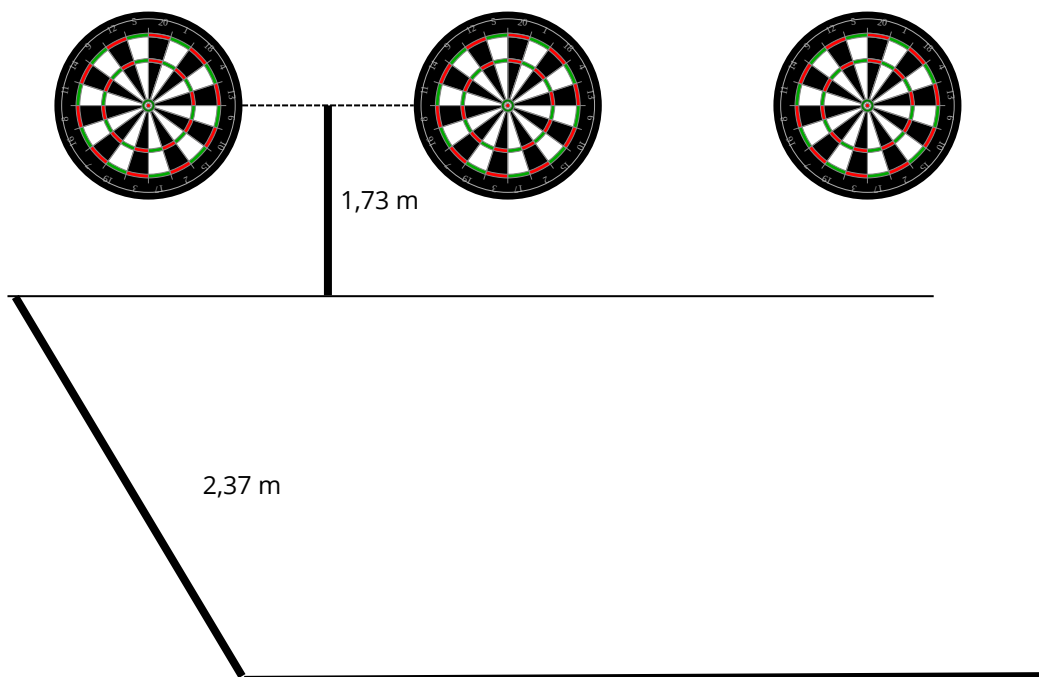
Dart

DM-
UGEN
24

Skiven placeres så der er 1,73 meter fra gulvet til dartskevns midtpunkt (midten af Bull). Kastelængden markeres. Der skal være 2,37 meter fra kastelinie til dartskevnen. Sæt søm eller skrue i højden 2,10 m fra gulvet, så passer højden til midten af Bull.

Der kan spilles uret rundt fra 1-20-Bull eller modsat vej 20-1-Bull, så eleverne lærer felternes placering på skiven.

Fortsæt derefter med eksempelvis Mickey Mouse (Spillerne skal her ramme fra 15-20, samt bull, double og triple. 3 gange i hvert felt) eller spil 301 el. 501. I 301 og 501 starter man på dette pointtal og spiller ned mod 0, hvor der afsluttes med en double (yderste ring). De mere rutinerede vil gå efter at ende med 32 point, så den kan gå efter dobbelt 16 eller efterfølgende dobbelt 8 for en afslutning.

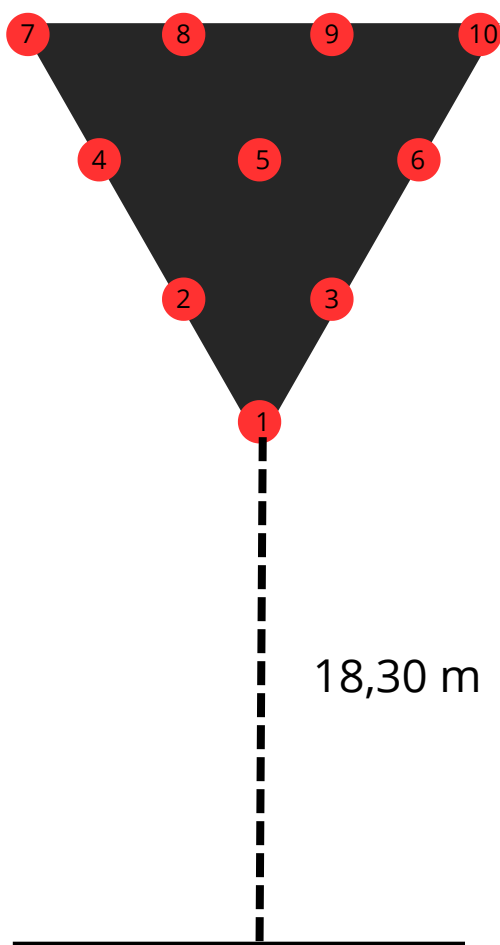


Bowling

DM-
UGEN
24

Keglerne placeres på keglmærker i en ligebenet trekant med sidelængden 0,91 m. Keglemærkerne har en indbyrdes afstand på 30,48 cm (fra centrum til centrum). Har man ikke dækken, vil det være en fordel at markere keglernes position med tape eller andet, så keglerne hurtigt kan sættes op igen.

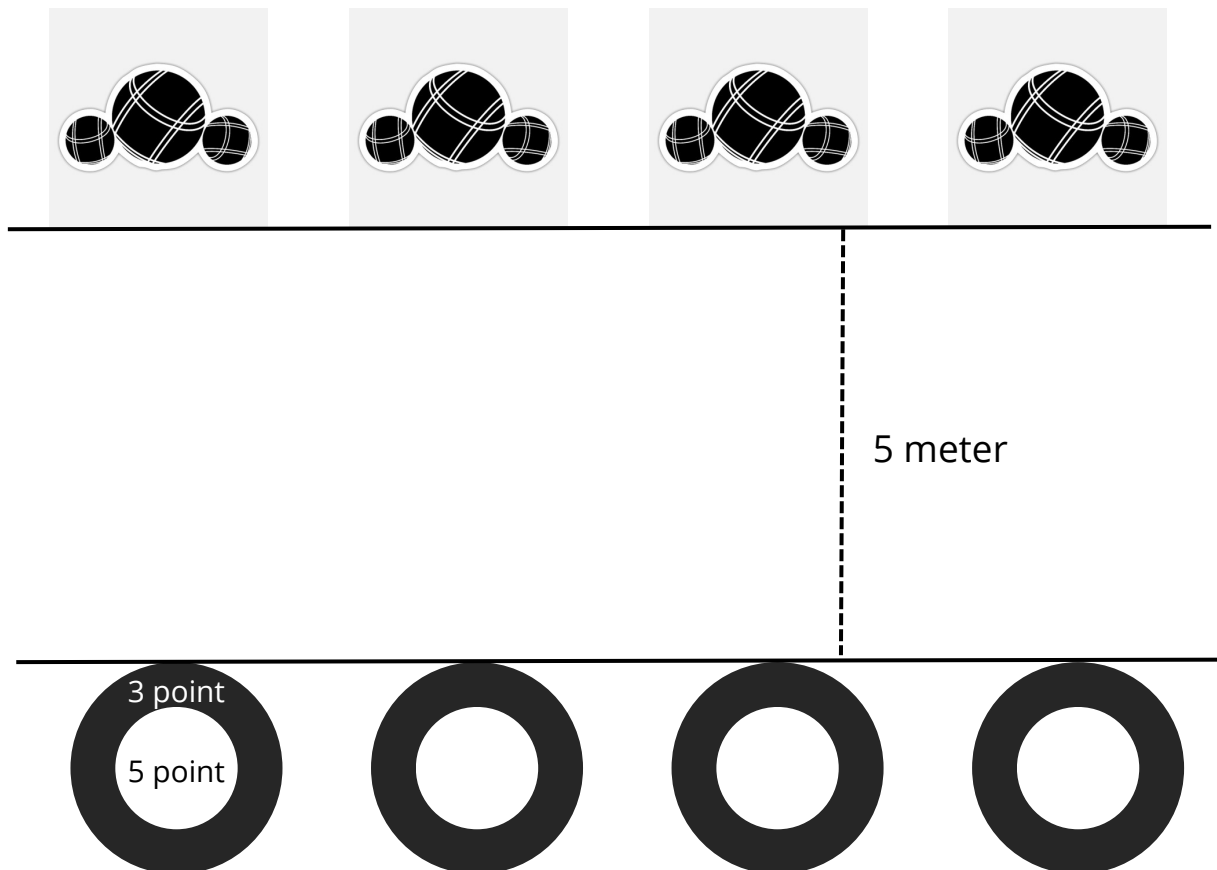
En bane er 1,04 m bred og 18,30 m lang fra overtrædelseslinjen til centrum af den forreste kegle.





Petanque (Boccia)

Brug to tøndebånd til målfelter og placer dem med 5 meters afstand fra kastelinjen. Eleverne kan kaste skud i buer, som lander i målfeltet, eller de kan trille boldene ind.
Som øvelse forud, kan der stå elever på hver sin linje med 5 meter imellem, og kaste så præcist til linjen som muligt.



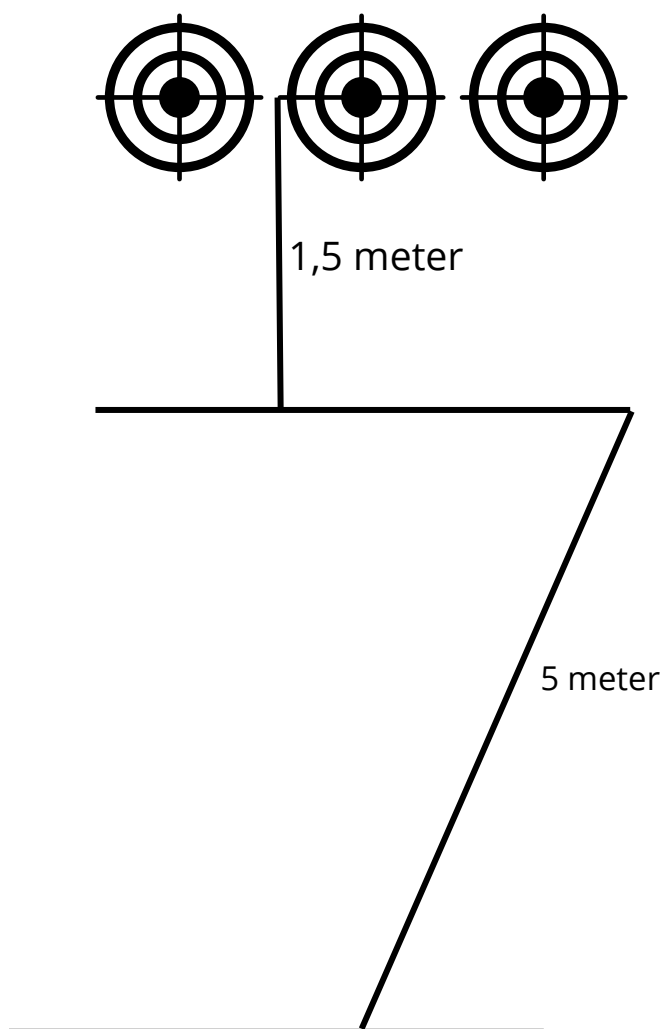
Herring
Kommune

Skydning

DM-
UGEN
24

Skiven placeres så der er 1,50 m fra gulvet til skivens midtpunkt. Skydelængde kan varieres efter hvor trænede eleverne bliver. Start evt. med 3 el. 4 meter. Sæt søm eller skrue i højden 1,695 m fra gulvet, så passer højden til midten af skiven.

Der skydes med 15 skud i 5 omgange á tre, og det samlede resultat udregnes.



Herning
Kommune