

## P08s FOTBOLLSBINGO SOMMAREN 2019

Dribbla mellan tio "sommar-koner" (flaskor, leksaker, stenar etc)	Spela fotboll på sand	Pricka ribban två gånger i rad från straffpunkten	Gör tjugo långskott med "fel" fot	Se finalen i fotbolls-VM för damer
Spring ditt snabbaste i minst 100 meter	Målvaktsträning 1. Stå i mål på tjugo skott och rulla ut bollen med händerna	Målvaktsträning 2. Kasta bollen mot en vägg och fånga den i "skopan" minst tio gånger	Dribbla av en förälder	Titta på minst tio minuters fotbollsklipp på Youtube
Trixa med en glass i handen	Gör tio armhävningar		Gör tjugo långskott med "rätt" fot	Gör minst tjugo snabba passningar med en kompis
Trixa femton minuter	Tänk ut en ny målgest	Trixa fem gånger utan att bollen nuddar marken	Spela fotboll när det regnar	Trixa tio gånger med max en studs på marken mellan varje bollkontakt
Träna i minst fem minuter på att nicka	Gör mål på syskon, föräldrar eller kompis från minst tio meters håll	Trixa minst tre dagar i sträck, minst tio min per gång	Målvaktsträning 3. Gör tjugo uppkast och hoppa upp och fånga bollen	Öva på en ny fint