



OPPDRAAGSKORT BLÅ 2

SERVE/ START

- KAN KASTE BALLEN OVER NETTET OG INN I EN BLÅ BANE STØRRELSE



HOLDE BALLEN I SPILL - RALLY

- KAN SPILLE 2 SLAG MED ENTEN FH ELLER BH MED EN ANNEN SPILLER PÅ SAMME NIVÅ - BLÅ BANE



FORSTÅ SPILLET

- VET NÅR BALLEN ER UTENFOR BANEN OG TRENER PÅ Å TELLE POENG.
- VET HVORDAN MAN VINNER ET POENG I TENNIS.
- KAN SPILLE "HOT SEAT"



SPILLEREN TRENER PÅ

- SLÅ BALLEN OVER NETTET OG INN I BANEN MED SPRETT
- KASTE BALLEN MED UNDERARMSKAST OVER NETTET OG INN I EN RØD 1 BANE
- SPILLE 2 SLAG MED ENTEN FH ELLER BH MED EN ANNEN SPILLER PÅ SAMME NIVÅ - RØD 1 BANE

DET ER FINT OM SPILLEREN KAN

- KASTE PRESISE OVERARMSKAST
- TRIKSE BALLEN 5 GANGER I LUFTA
- GJØRE UTFALLSGANGE
- GJØRE SIDEVEIS FORFLYTNING
- HINKE OG HOPPE FREMOVER OG BAKOVER