



Kärra F14/15 Fotbollsbingo Sommar 2024

Kryssa i så många rutor som möjligt på bingobricken!

Spela fotboll på en strand	Träna på att trixa med bollen i 15 minuter, vid 3 tillfällen	Se en match i herrarnas fotbolls-EM	Gör 100 passningar ihop med en vuxen, vid 3 tillfällen	Sov med en fotboll
Spela fotboll med minst 2 kompisar	Finta av en vuxen 20 gånger	Slå ditt rekord i trixning utan studs i sommar	Öva på en målgest	Spring det snabbaste du kan minst 50 meter
Spela fotboll på en studs matta	Kika på ett fotbollsklipp på Youtube	Skjut 100 skott mot ett mål, vid 3 tillfällen	Gå ut och jogga med en vuxen i minst 20 min	Spela någon annan bollsport
Öva på överstegsfint vid 5 tillfällen	Gör 10 armhävningar 5 dagar under en vecka	Kasta 50 inkast	Öva på att trixa med boll 5 dagar i rad	Öva på att nicka med en vuxen, nicka 20 gånger
Träna på att göra bicicletas i vattnet	Spela fotboll på Klarebergsvallen	Stå plankan i 60 sekunder med en vuxen, 3 dagar i rad	Filma när du gör en snygg fint	Trixa med en kotte

Den 15/8 börjar åter träningen och ni kan lämna in er bricka.

Trevlig sommar önskar Ledarna!