

Lerkils IF F2015

Sommarlovsbingo 2023

Bada 4 gånger på en dag	Spela fotboll på stranden	Pricka ribban med en fotboll 5 gånger	Gör 10 upphopp 3 gånger under en dag	Spring minst 1,5km
Spela fotboll tillsammans med en/flera kompisar i en timme	Gör 5 nya simhopp	Ha en helt skärmfri dag	Ät den största glassen i kiosken	Träna på passningar 20 minuter
Öva på en målgest och visa upp den när sommaren är slut	Hitta en backe och spring snabbt uppför 10 gånger	Trixa med bollen 15 minuter	Måla ett självporträtt	Gör något snällt mot någon utan att vilja ha något tillbaka
Träna på skott i 20 minuter	Fixa frukost till familjen	Titta på en fotbollsmatch	Spring minst 3km	Gör 75 situps på en dag
Simma 25 meter	Titta på en bra film och ät snacks mitt på dagen en regnig dag	Lär dig en sak som du inte kan	Kör vattenkrig med kompisar eller familjen	Läs en bok i skuggan