



# Sommarutmaningen F15



Namn: \_\_\_\_\_

- Passa 20 passningar utan att "tappa bollen"
- Bollkontroll, driv med bollen 1 varv runt en fotbollsplan (eller liknande yta)
- Spela fotboll på ett oväntat ställe. **Mitt oväntade ställe:** \_\_\_\_\_
- Kör nätrassel med någon i din familj eller en kompis
- Ta en cykeltur med någon du gillar (bonuspoäng om du hälsar trevlig på ngn okänd du cyklar förbi) **BONUSPOÄNG: JA NEJ**
- Träna på att våga nicka bollen
- Lär dig knyta skorna
- Träna skott på mål i 10 minuter
- Visa din målgest för någon som inte sett den förut
- Slå ditt eget kickrekord! (använd fot, knä, huvud, axlar och/eller bröst)
- Kolla på en fotbollsmatch live eller på teve
- Leta upp minst två namn på fotbollstjejer som spelar i ett landslag.

Namn 1 \_\_\_\_\_

Namn 2 \_\_\_\_\_

*Lämna in efter sommaren och var med och tävla om ett pris!*