

LEGE KORT



**CYKLIST™
FORBUNDET**
PEDALKRAFT — SIDEN 1905



Østifterne
støtter omtanke



FORHINDRINGS- BANE

Antal børn

Fra et og opefter.

Alder

Alle fra ca. to år.

Antal voksne

Mindst en.

Rekvisitter

Kegler, aktivitetsringe, spande, kridt m.m.
Evt. et langt stykke stof til en cykeltunnel og
en vandforstøver til at lave regn med.

Fysiske rammer

En legeplads, en asfalt- eller grusbane eller
en skovsti. Gerne med mulighed for at køre
på små bakker og forskelligt underlag -
f.eks. græs, sand, vandpytter, mudder osv.

Forberedelse

Lav en forhindringsbane rundt langs
hele legeområdet. Tegn den evt. op med to
parallelle streger, som børnene skal forsø-
ge at blive indenfor. Lav evt. banen smallere
nogle steder. Rekvisitterne sættes op som
forhindringer på banen med mindst 2,5
meters mellemrum.

Sådan

Lad børnene køre gennem de mange
forhindringer i deres eget tempo. Banen
skal være ensrettet, så der ikke bliver for
meget kaos, men det er ok at snyde, og
der må gerne overhales. Måske skal cyklen
trækkes op ad en bakke, før børnene kan
suse ned igen. Lav evt. også en "cykeltun-
nel" af et langt stykke stof, som holdes på
den lange led af seks voksne. Få stoffet til
at bølge op og ned, så børnene skal dukke
sig for at kunne cykle igennem. Måske står
der også en voksen for enden af tunnelen og
laver regn med en vandforstøver.

Det over du på Forhindringsbanen:

- *At stå af og på cyklen – standse og starte*
- *Navigation*
- *At justere afstand og hastighed efter det, du møder på cykelturen*
- *Og meget mere :)*

**VI VIL CYKELLEGE
MERE!**

Ok, så prøv Kanonkugler til kanonkongen
(se cykellegebogen s. 18)