

## DRILLECYKLING



### REKVISITTER

Kridt, kegler eller aktivitetsringe til at markere banen.

### FORBEREDELSE

Lav en firkantet bane, der akkurat er så stor, at 3/4 af cyklisterne kan cykle langsomt rundt imellem hinanden. På banens ene side markeres en boks med plads til 2-3 ventende cyklister.

### SÅDAN

To børn venter med deres cykler i boksen, mens resten cykler rundt ude på banen. Legen går ud på at presse hinanden, så man enten kommer til at sætte en fod i jorden eller cykle ud af banen. Når det sker, skal man cykle hen til venteboksen og stille sig bagerst i køen, mens den forreste nu får lov til at cykle ind på banen. Børnene må ikke cykle ind i hinanden – de må kun presse hinanden ved at køre tæt på eller ind foran hinanden.

### IDÉER TIL LEGEUDVIKLING

**Forenkling:** Lad to børn ad gangen dyste mod hinanden på en lille bane.

**Udvikling:** Børnene må kun cykle med én hånd.

**Variation:** Cykelfægtning, hvor alle cykler rundt imellem hinanden og kæmper med skumsværd.

### DET ØVER CYKLISTERNE

- At holde balancen mens de cykler langsomt
- At observere og lære af hinanden
- At drille for sjov og med respekt for hinandens grænser

**Tip:** Juster banens størrelse til deltagernes antal og niveau. Jo mindre plads – jo sværere.

