

# Balletje rollen



Werpen, vangen en rollen

## Lesverloop

De sporter rolt met de kegel de tennisbal naar de volgende sporter in de cirkel. Die vangt de tennisbal door de kegel erop te zetten en rolt de tennisbal op zijn beurt naar de volgende sporter.

## Organisatie & materiaal

In kleine groepen.

De sporters vormen een cirkel.

Elke sporter heeft een kegel.

## Kegels | Tennisballen

## Variatie of uitbreiding

- Extra opdrachten toevoegen: richting wisselen, naar de overkant rollen, ...
- Met meerdere tennisballen spelen.
- De afstand tussen de sporter vergroten.
- In pomphouding staan.
- Na-actie toevoegen na het rollen: 5x springen, 3 toertjes draaien, ...