

# Bowling

Lite tips, bruk telefon eller nettbrett for til å se på oppskriftene, så sparer du miljøet ved å ikke skrive ut bildene ☺

## Du trenger:

Aluminiumsfolie

Ti brusbokser (små kartonger, shampoo/balsam flasker fungerer også, bruk det du har)

## Fremgangsmåte:

1. Finn frem aluminiumsfolien. Riv av en mellom stor bit og lag en ball ut av den. Du vil ikke lage den for stor, men heller ikke for liten. Lag den i en størrelse litt mindre enn en sprettboll – eller det du føler er passe.
2. Finn et område hjemme hvor det ikke er for trangt. Sett opp boksene i en standard formasjon (4 bakerst, 3 rad tre, 2 rad to og en helt foran).
3. Bestem avstanden selv fra hvor du vil kaste.

Tips: Du kan sette opp hindringer på siden som på bildene hvis du synes det er vanskelig å treffe, eller prøv deg uten.

Prøv å treff i midten og med litt kraft. Da er sjansen stor for å få en strike!

Lykke til ☺

