

Varva rockring - Instruktioner av station

Uppläggnig av stationen

Två stycken rockringar.

Utförande

Laget ställer sig i en ring och fattar varandras händer. Mellan två händer sätter man en rockring. När starten går så ska man trä och kliva igenom rockringen så att den kommer till nästa person. Sedan ska man försöka låta rockringen gå genom alla tillbaka till början. Det gäller att lyckas få så många varv som möjligt innan det är slut.

Poängfördelning

5 poäng för varje varv som rockringen tar sig runt. Material för två stationer 2 stycken rockringar.

