

# RÄVKROKEN

Ålder: 4+

Antal: 2

Utrustning: Ingen

Plats: Inom- eller utomhus



## Gör så här

Detta är en brottningslek som utförs som en duell mellan två personer. Personerna ska ligga på rygg, skavfötters med höfterna omvänt vid sidan av varandra. Man lyfter det ben som är närmast den andra och hakar fast benen i varandra vid knäleden. Målet är att pressa den andra personen ur balans, genom benen som är i kontakt med varandra.

## Vi övar

Lek, styrka, aktivitet, balans.