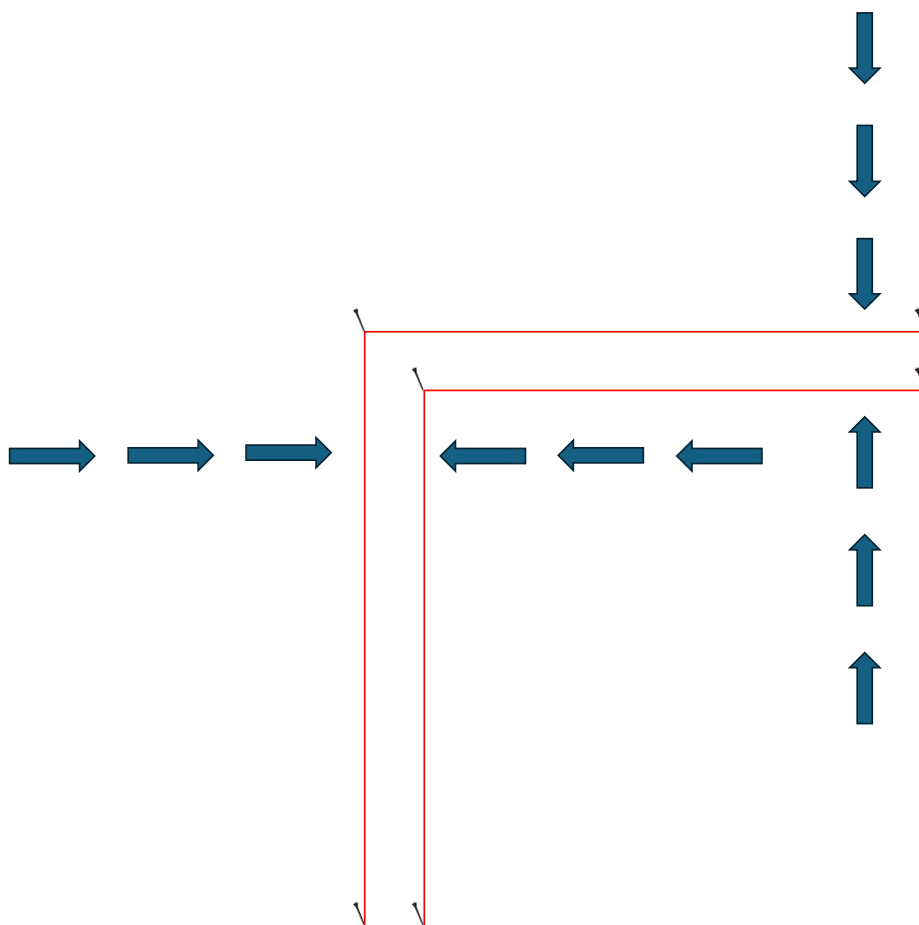


VARIERAD LÄNGDKONTROLL I OLIKA LUTNINGAR



Mål: Få så många bollar som möjligt innanför den uppsatta zonen av 36 bollar

Syfte: Få en ökad förståelse för längdkontroll

Material: 3 bollar, peggars och snöre

Instruktion: Sätt upp en L formad zon med peggars och snöre. Zonen bör vara mellan 30–60 centimeter. Sätt sedan ut 3 peggars i rad till varje sida av L:et. Avståndet på de peggarna kan variera. Exempelvis 3-6-9 meter eller 4-6-8 meter.

Alternativ 1: Putta dina 3 bollar från första peggars och backa bak till mittersta och sen sista. Därefter byt till nästa och gör likadant tills alla 4 sidor är genomförda. Summera sedan hur många av de 36 puttarna du satte.

Alternativ 2: Putta dina 3 bollar från första peggars och byt till nästa peg på samma avstånd. När alla peggars på det avståndet är genomfört byter du till nästa avstånd och gör likadant. Därefter genomförs sista varvet på den yttersta peggars. Summera sedan hur många av de 36 puttarna du satte.

Alternativ 3: Putta en boll från första peggars och backa bak till mittersta och sen sista. Därefter byt till nästa och gör likadant tills alla 4 sidor är genomförda. Genomför sedan 3 sådana varv. Summera sedan hur många av de 36 puttarna du satte.