

BINGO FOR HJEMMEBANE

Kjære KFUM-jenter og -gutter! Vi er mange som savner fotballtreninger og KFUM-kamerater om dagen. Vi har derfor laget en BINGO som dere kan gjøre på hjemmebane. På denne bingoen må du dribble deg rundt til de 22 "spillerne" på banen til høyre. Kryss av i tabellen under når du er ferdig med oppgaven.

Her finner du utfordringer med ball, noen små gymtimer og oppgaver dere kan gjøre på hjemmebane. Her er det viktigste å delta, men vi har satt opp noen små premier for gode tegninger og Bosse håper å plukke ut noen nye Kåffa-rop.

Blant alle som sender inn fullført BINGO-ark, trekker vi ut vinnere av 3 x barnas sesongkort for OBOS-ligaen 2020. Send inn på bosse@kfum-kam.no.

KRYSS AV

1. HELT I HUNDRE: Slå 100 pasninger gjennom en port/to steiner og til en medspiller.	
2. TRIKSEMESTER: Triks til 300 - fortsett der du stopper/triks deg fremover fra et punkt til et annet uten og miste kontroll på ballen, hvor langt kommer du?	
3. HINDERLØYPE: Lag deg en hinderløype rundt eller ved huset - 5-7 hinder med ball.	
4. FOTBALLKAMP: Spill 1v1 mot mamma eller pappa eller søsken	
5. SKOVASK: Vask fotballschoene dine	
6. TEGNEMORO: Lag en Kåffa-tegning (spiller, logo el.l). <i>Send til bosse@kfum-kam.no.</i>	PREMIE!
7. FOTBALLBOWLING: Lag deg en bowlingbane. Fyll opp brusflasker som er halvfulle.	
8. KJØKKENHJELP: Hjelp mamma eller pappa med matlaging	
9. RING FAMILIE: Ring en besteforelder, et søskenbarn, onkel eller tante	
10. STYRKE: Ta 3 x 10 spensthopp, 3 x 10 Push-ups, 3 x 10 sit-ups	
11. RING EN LAGKAMERAT: Ring en KFUM-kamerat (et forbilde i klubben?) hør hvordan han har det	
12. KFUM-FAKTA: Lær deg fem fakta om KFUM	
13. ENSPRETTEN: Spill ensprett i minst 20 min	
14. VEGGSPILL: Slå minst 150 pasninger mot en vegg - 50 med hver fot	
15. BRUK HODET: Nikk så langt du klarer - 30 ganger	
16. NYTT TRIKS: Lær deg et nytt triks eller finte med ballen	
17. KÅFFA-ROP: Lag et Kåffa-rop. <i>Send til bosse@kfum-kam.no.</i> Kanskje hører vi ropet ditt i OBOS-ligaen.	PREMIE!
18. FOTBALLGOLF: Spill fotballgolf i huset eller ute i hagen. Lag en bane på 3-5 hull. Startsted og mål. Inne anbefales at du bruker et sokkerpar som du bretter sammen til en liten ball	
19. RYDD: Støvsug og rydd rommet ditt	
20. KFUM-SPILLERE: Skriv navnet på fire spillere på damelaget eller a-laget (Skriv de ned under)	
21. SJEKK UTSTYR: Prøv sko og annet utstyr før ny sesong. Noe man kan gi bort?	
22. MELDING: Send en hyggelig melding til treneren din.	

NAVN: **10-12år**
(2010 - 2008)

64-75 m

100-110 m

«En klubb for livet!»

22 MELDING

Vi gleder oss til å se dere igjen - på banen og tribunen. HEIA KÅFFA!