

START
HER

1,08

4,5

2,82

start sådan,
så til venstre
så til højre.



"Wipers"
(se evt. YouTube)
10 stk.

9,4

1,08

Forfatter og udgiver:

trine-evald.dk

"halver04.pdf"

0,92

8,92

84,6

9,9

SLUT
HER

Level 4:
• decimaltal

6,72

Halver, Level 4

2 spillere. 1 terning. Kast terningen og sig det dobbelte af det øjnene viser. Spilleren med det højeste resultat, løser næste felt. Alle felter løses netop en gang. Vinderen er den med flest korrekte felter.

At halvere en gulerod, betyder at skære guleroden over i to lige store dele. Her skal du halvere tal.
Et eksempel: det halve af 6 er 3, fordi 6 delt i 2 lige store dele er 3.

Spillerne laver alle bevægelserne samtidig.

God fornøjelse. Trine E.

0,85

8,72

132,8

"Standing side crunch"
(se evt. YouTube)
10 stk.



højre albue til
højre knæ,
venstre albue til
venstre knæ

128,2

66,6

36,5

15,4



"Side plank"
(se evt. YouTube)
10 sek. på hver side

