



### Fysakplan

Uke: 38&amp;39

Uke:		8a	8b	8c	9a	9b	9c	10a	10b	10c
Mandag	16/9	Tur øst		Tur nord	Løpende elg		Tur sør		Mattemix	
Tirsdag	17/9		Tunnelball	Frisbeegolf		Tur sør	Røde flaggan	Leker		Basket
Onsdag	18/9	Løpende elg	Tur sør		Tur øst	Mattemix			Basket	Tunnelball
Torsdag	19/9		Frisbeegolf	Løpende elg	Friidrettsdag i idrettsparken			Tur sør	Tur nord	Tur øst
Fredag	20/9	Frisbeegolf			Tunnelball	Løpende elg	Mattemix	Stafetter		

Uke:		8a	8b	8c	9a	9b	9c	10a	10b	10c
Mandag	23/9			Tur sør	Frisbeegolf		Løpende elg		Leker	
Tirsdag	24/9	<-----SKOLEIDRETTSDAG!----->								
Onsdag	25/9	Leker	Tur øst		Tur sør	Tur nord			Frisbeegolf	Mattemix
Torsdag	26/9		Løpende elg	Tunnelball	Røde flaggan	Frisbeegolf	Leker	Tur øst	Tur sør	Tur nord
Fredag	27/9	Tur sør			Løpende elg	Tunnelball	Frisbeegolf	Tur nord		

**Frisbeegolf:** Utstyr + kart ligger på fysakrommet. <https://fysak.net/aktiviteter/frisbeegolf>

**Løpende elg:** Kunstgress. Avlang pose med lilla baller henger på Fysakrom. Anbefales å bruke de hvite stripene som «grense» for bane.

<https://fysak.net/aktiviteter/lopende-elg>

**Røde flaggan:** Finn egnet område f,eks. Randslunden. Utstyr: røde flagg, kjepler og vester. <https://fysak.net/aktiviteter/rode-flaggan>

**Leker:** Finn egnet område. Gjennomfør et utvalg av leker (rødt lys, haien kommer, stiv heks, sisten etc.)

**Tunnelball:** Finn egnet område. Utstyr: 2 basketballer. <https://fysak.net/aktiviteter/tunnelball>

**Mattemix:** Finn egnet område. Utstyr: Store terninger, laminerte hvite ark og white-boardtuser. <https://fysak.net/aktiviteter/matematikk-mix>

**Basket:** Asfaltbanen. Spill på 2 kurver med 2 lag, eller 2 lag mot en kurv (rockering i midten, hvor man skifter angrep/forsvar). <https://fysak.net/aktiviteter/basketball>