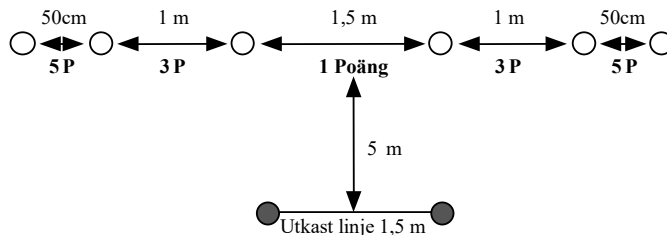


Regler för Trekamp: Fackboll, Hörnboll och Jerkerspel

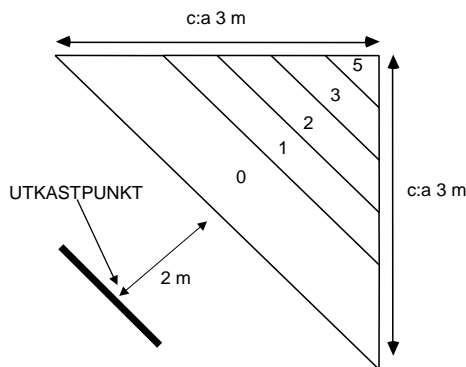
1. FACKBOLL

Sätt upp sex koner enligt figuren. Den tävlande sitter/står på ca fem meters avstånd från konerna. Fem tennisbollar skall nu rullas in i valfria fack, allt från de svåra 5-poängsfacken till det lättare 1-poängsfacket. Man ska komma upp i så många poäng som möjligt. Bollarna får inte vidröra konerna. Från det att man har någon poäng får inga bollar kastas om man träffar en kon. Poängen man har tills dess får dock behållas. Om man däremot träffar en kon och tidigare inte erhållit någon poäng tillåts man att fortsätta. Kastad boll borttages efter varje kast.



2. HÖRNBOLL

Ett hörn linjeras upp enligt figuren. (Ca 20 cm mellan poängsträcken). Med fördel kan två liggande gymnastik-bänkar användas. De tävlande placerar sig vid utkastpunkten. Den tävlande har fem tennisbollar som denne skall rulla in i hörnet och försöka få dem att stanna där, på så höga poäng som möjligt. Man kan krocka in tidigare, sämre placerade bollar. Summera ihop poängen.



3. JERKERSPELET

Ställ exempelvis två gymnastikbänkar på kant med ca en meters avstånd. Linjera upp 10 poängfack (ca 20 cm mellan varje streck) och ett streck för utkastplatsen (se fig.). Den tävlande skall sedan rulla in fem tennisbollar på så höga poängfack som möjligt. Summera ihop poängen. Man får krocka fram tidigare sämre placerade bollar. 20-poängsrutan ligger en meter bakom 10-poängslinjen.

