

TAITOKORTTI 1:

NIMI: _____

TEHTÄVÄ	PRONSSI	HOPEA	KULTA	TIMANTTI
1. pallon pomputus lavassa kämmenpuolella	5 krt	15 krt	30 krt	yli 50 krt
2. pallon pomputus lavassa rystypuolella	5 krt	15 krt	30 krt	yli 50 krt
3. pallon pomputus lavassa lapaan kääntäen	5 krt	15 krt	30 krt	yli 50 krt
4. pallon pomputus lavan "kaulalla"	3 krt	10 krt	15 krt	yli 20 krt
5. pallon siirtely puolelta toiselle jalkojen edessä 30 s	8 krt	15 krt	20 krt	30 krt
6. pallon siirtely edestä taakse jalkojen oikealla puolella 30 s	8 krt	15 krt	20 krt	30 krt
7. pallon siirtely edestä taakse jalkojen vasemmalla puolella 30 s	8 krt	15 krt	20 krt	30 krt
8. 8 jalkojen ympäri 60 s	4 krt	8 krt	10 krt	yli 15 krt
9. pallonosto maasta lapaan ja kuoletus 30 s	3 krt	6 krt	10 krt	yli 12 krt

Malleja löydät esim. Youtube

Salibandyliitto maaliskuun kikkavideo: <https://youtu.be/tXTLR-XFOWM>

Salibandyliitto huhtikuun kikkavideo: <https://youtu.be/VrOcD6GEHDI>