



## FØRDE IDRETTSLAG LANGRENN



### Påskebingo 2023 – del 1

Påskebingo passer alle aldersgrupper, men denne versjonen passar kanskje best dei aller yngste. Om nokon av oppgåvene er vanskelege, få litt hjelp av ei vaksen.

|   | B                                                                       | I                              | N                                                        | G                          | O                                                     |
|---|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1 | grave ned eit påskeegg på tur og sjekke om det er spist opp dagen etter | springe på ski opp ei motbakke | gå eit skirenn (påskerenn)                               | ete 2 appelsiner på skitur | springe om kapp med mamma, pappa eller sysken         |
| 2 | gå baklengs 100m                                                        | hoppe på ski                   | leite etter påseharen                                    | skitur med pølsegrilling   | stake med beina i kryss                               |
| 3 | skiskyting med snøball-blinker                                          | kjøyre baklengs ned ei bakke   | ha noe gult på seg på skitur                             | Bygge eget hopp            | Vafler i løypa                                        |
| 4 | Kakao på termos                                                         | påske-trynings                 | kjør ned ei bakke mens ein holder på skituppene (på kne) | Is etter ei laaaang skitur | stå ned ei lita bakke med lukkede øyne                |
| 5 | Gå ei runde lengre enn dagen før                                        | ta på solkrem sjølv            | del ein kvikklunsj på tur                                | Gul saft på drikkebeltet   | stå på ei ski så langt som mogleg (prøve begge beina) |