

## Skapa ditt eget rutnät med hjälp av rep och buntband.

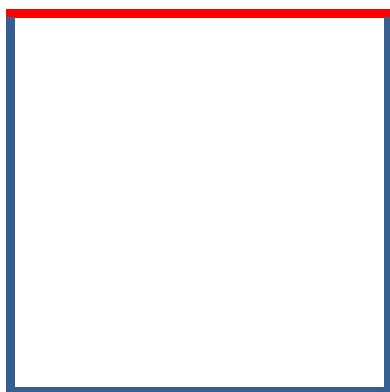
Engångsmaterial:

- Buntband 36 stycken
- Rep eller snöre t.ex. tågvirke, riktsnöre eller liknande
  - Rutnät 10 x 10 meter
    - 11 x 10 meter i blå eller vit färg
    - 1 x 10 meter i röd färg
  - Rutnät 5 x 5 meter
    - 11 x 5 meter i blå eller vit färg
    - 1 x 5 meter i röd färg

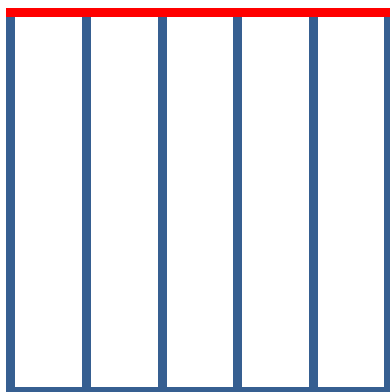
Verktyg: sax och måttband

Gör så här:

1. Mät upp längderna med rep enligt ovan och kapa till dem.
2. Lägg ut ramen till rutnätet på marken. En sida är röd och de andra tre sidorna är blå/vita.



3. Mät ut och märk avståndet längsmed två motstående sidor. Från hörnen ska det vara 2, 4, 6 respektive 8 meter alternativt 1, 2, 3, respektive 4 meter. Lägg ut 4 blå/vita rep mellan dessa markeringar.



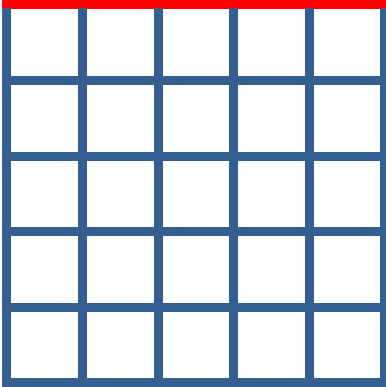
© Lärarik Idrott i Sverige AB

Hemsida: [www.larorikidrott.se](http://www.larorikidrott.se)

Kontakt: [jenny@larorikidrott.se](mailto:jenny@larorikidrott.se)

Tfn: 070-388 20 38

4. Mät ut och märk avståndet längsmed de återstående två motstående sidorna. Från hörnen ska det vara 2, 4, 6 respektive 8 meter alternativt 1, 2, 3, respektive 4 meter. Lägg ut 4 blå/vita rep mellan dessa markeringar.



5. Använd buntbanden till att fästa ihop repen i ändarna och i korspunkterna.



Förvaring: Ta tag i två hörn som är diagonala till varandra. Sträck repen och rulla ihop rutnätet runt en kartong eller ett annat lämpligt material.

© Lärarik Idrott i Sverige AB

Hemsida: [www.larorikidrott.se](http://www.larorikidrott.se)

Kontakt: [jenny@larorikidrott.se](mailto:jenny@larorikidrott.se)

Tfn: 070-388 20 38