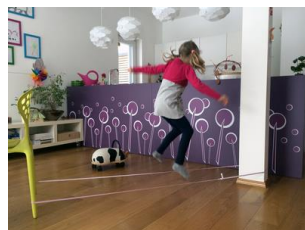


»TRIKOTNIK«

Kaj potrebujemo: 6 igralcev in gunitvist.

OPOZORILO: Igra v točno taki izvedbi je v trenutnih razmerah namenjena samo družinam z vsaj 6 člani. V družinah z manj člani so dovolj trije igralci – dva držita elastiko, eden pa skače. Lahko pa se igra tudi en sam igralec, vendar si elastiko napne npr. med dva stola. Potek igre je enak, le da igralci niso postavljeni v položaj trikotnika.



Potek igre: naredimo dve ekipi po tri igralce in z žrebom določimo, kdo bo prvi skakal (zunanji igralci). Nasprotna ekipa drži elastiko (notranji igralci). Notranji igralci se postavijo tako, da z elastiko naredijo trikotnik, elastika pa je napeta. Zunanji igralci se postavijo vsak na eno »stranico« trikotnika. Igra je razdeljena na tri stopnje. Na prvi stopnji si notranji igralci napnejo elastiko okrog gležnjev, na drugi stopnji za kolena in na tretji stopnji pod zadnjico (lahko dodate še četrto stopnjo, kjer je elastika nameščena okrog bokov, peta stopnja pa okoli pasu). Zunanji igralci začnejo s skakanjem. Vsak od teh igralcev naredi po eno potezo. Začetni položaj je tak, da je vsak igralec z levim ali desnim bokom postavljen vzporedno s »stranico« trikotnika. Prva poteza oz. skok je skok z eno nogo preko elastika v notranjost trikotnika. Stranica trikotnika nam torej poteka med stopaloma (slike spodaj). Nato sledi obrat za 180°. Potem skočimo na elastiko tako, da imamo stopala obrnjena v notranjost trikotnika (stopala so pravokotno na elastiko). Zopet sledi obrat za 180°, a moramo paziti, da pristanemo na elastiki. Nato skočimo v začetni položaj (bočno vzporedno z elastiko, ni pa važno ali z levim ali desnim bokom) in potem še sonožno preskočimo elastiko v notranjost trikotnika in spet ven (zadnji poskok – »not in ven« se šteje kot ena poteza). Če so vsi trije igralci pravilno odskakali stopnjo, sledi druga stopnja oz. dvig elastike za kolena. Če je kdo od igralcev naredil napako (je »fuč«) – med drugim obratom ni pristal na elastiki ali pa med zadnjim skokom »not in ven« ni preskočil elastike z obema nogama – mora eden od preostalih dveh igralcev ponoviti ves postopek namesto tega igralca.

V drugi stopnji se skače enako, le da je dovoljena *pomoč* pri drugem obratu, ko moramo iz položaja, ko stojimo na elastiki, obrnjeni v notranjost trikotnika, narediti obrat za 180° in ponovno pristati na elastiki. Tukaj je dovoljena t.i. »vejica«. Vejico izvedemo tako, da z eno nogo previdno naredimo obrat za 180°, nogo le »nastavimo« nad elastiko, vendar je še ne položimo na elastiko. Nato ji v skoku pridružimo še drugo nogo in z obema hkrati pristanemo na elastiki. Komur se zdi, da elastika ni postavljena previsoko, lahko obrat poskusi narediti kot v prvi stopnji – sonožno.

Na tretji stopnji pa je pri tem obratu dovoljen t.i. »tip-top«. Pri tip-topu eno nogo obrnemo za 180° in jo tudi položimo na elastiko, nato pa ji pridružimo še drugo nogo. Nadaljujemo kot pri prejšnjih stopnjah. Pri zadnjem preskoku elastike »not in ven« ni več potrebno skočiti sonožno. Igralci se zamenjajo, ko so vsi trije zunanji igralci »fuč«. Po uspešno opravljeni tretji stopnji zopet sledi prva stopnja, vendar dodate izzive. Igralci morajo npr. opraviti vse stopnje miže (stopnja »miževček«), kjer so dovoljeni obrati s tip-topi, potem morajo opraviti vse stopnje tako, da jim notranji igralci ves čas nagajajo in jim izmikajo elastiko (stopnja »nagajivček«), tudi tukaj so dovoljeni tip-top obrati itn.

