



Bowling

Material:

Garrafas de plástico usadas e decoradas

Bolas feitas de meias velhas

O jogador deve posicionar-se com o pé esquerdo um pouco a frente do pé direito (canhoto o inverso). Os joelhos devem estar flexionados, com o corpo um tanto inclinado para frente, para facilitar a caminhada. É recomendável o uso de quatro passos suaves, com um andar normal para que a bola atinja os pinos com uma velocidade média. Para aumentar a velocidade e consequentemente a força da bola, basta acelerar os passos.

Os jogadores colocam-se em fila e fazem os lançamentos alternadamente.