

TALOOPYIN KU SAABSAN WAXYAABAHA LAGU SAMEEYO DEEGAANKA DABIICIGA

Maxaad ku qaadansaa shandaddaada?

Midkiinba hal siidhi ayaa mar walba fiican, iyo sidoo kale gogol fadhi ama gogosha lagu seexo. Qaado cabitaanno kulul, biyo, cunto iyo qaxwe, si aad u ilaaliso heerka tamarta iyo diirimaadka jidhka. Sharabaaddo dheeraad ah, galoofyada iyo telefoonka gacanta ayaa sidoo kale fiican. Khariidadda guriga ku wada dhuuxa, qof walbana si fiican ayuu u garan doonaa meesha aad u socotaan. Qaado baco lagu guro qashinka ama waxyaabaha aad guriga u soo qaadansaan.

1. Isku day naturparkour

Yaa go'aamiyay inaad kaliya raacdaan wadiiqooyinka? Eeg hareerahiinna oo ka samee hinderbana (dariiq caqabado leh) waxyaabahaad heshaan. Ku dul soco jirrida geedka dhacay, ka bood jirrid kale. Slalom ku dhex mar kurtinnada iyo dhagxaanta, hoos guurguuro laamaha geedka, ka booda kuwa hooseeya. Naturpakour wuxuu ku saabsan yahay sidii loo heli lahaa habab cusub oo loogu dhex socdo deegaanka dabiiciga ah.

2. Ciyaar saynisyahan

Qaado Loupe, weynayso, shabag iyo diirad oo u kuurgal deegaanka dabiiciga ah, sida ugu dhow dhulka ee aad awoodid. Markaad si dhaw u aragto cayayaanka yaryar waa waayo-aragnimo fiican. Daraasad ku samee marinnadooda jidhif, geed iyo dhagax hoostooda. Qor sida ay u eg yihiin, oo go'aami noocyadooda guriga markaad u noqoto.

3. Tag baratan Khasnadeed

Meesha aad deggan tahay waxa ku hareeraysan khasnaddo. Google:garee "geocaching", soo dejiso appka oo akhri xeerarka. Khasnaduhu waxay ku jiraan khariidadda - go' aansada midkood inay noqoto goobta dhamaadka. Khasnadda dhabta ah ee aad helayaan waa sanduuq wax ku jiraan oo looga tagayo geocacher-ka idinka dambeeya. Waxa aad markaa idinkuna sii qaadataan abaalmarinnadiinna.

4. Baaskiil kaynta dhexdeeda

Baaskiilka lagu kexeeyo deegaanka dabiiciga ah waa wax gabi ahaanba ka duwan ka dhulka siman. Kirayso ama soo amaaho Mountainbike haddii aanad haysan oo safar maalin ah ku mar xiddada iyo dhagxaanta.

5. Dhiso buul (guri) yar

Laamaha dhacay ku tiiri geed laamo fidsan leh. Kadibna dul saar ulo yaryar. Haddii aad heshaan laamo dhacay oo calemo badan leh, waxay si fiican idiinka difaacayaan dabaysha. Dhisitaanku waa mid xiiso leh, waa meel lagu nususaaceeyo oo fiican waxaanay si fiican ugu habboon tahay difaaca roobka iyo dabaysha. Xasuusnoow Allemansrätten - in aan la dhaawicin oo la burburin waxa nool.

6. Socod rifleks ah

Deegaanka dabiicigu sidoo kale wuu xiiso badan yahay habeenkii. Inta ay iftiinka tahay, waxaad waddo ku calaamadin kartaan rifleks:yo. Waxaad ku dhejisa geedo isku jira masaafo dhexdhexaad ah. Kadibna idinkoo tooshashiinna sita sahan ku mara.



FRILUFTS
FRÄMJANDET

