

GYM

BINGO

BUITEN

Ren een rondje om je
huis heen

Maak 50
wisselsprongen bij een
stoeprand

Verzamel plastic en
bouw hier een toren
mee

5 keer opdrukken
tegen een boom

Zo vaak mogelijk
touwtje springen

Huppelen van
lantaarnpaal naar
lantaarnpaal

Handstand tegen de
muur maken

Hinkelen over de
stoeptegels

10 Burpees
springen en
opdrukken

WWW.SPORTINDEVENTER.NL/THUISBEWEGEN