

GYM BINGO

BUITEN

10 Jumping squats

Bal tegen de muur
gooien en vangen

Stoepkrijten

Twister;
De kleuren kunnen
voorwerpen zijn die je
ziet

Ren 5 rondjes om
een boom

Stoepranden;
Gooi de bal op de
stoep en vang de bal
daarna weer

Op een voorwerp
schieten met een bal

Voetje van de vloer;
Balanceren over
voorwerpen

10 langes per been

WWW.SPORTINDEVENTER.NL/THUISBEWEGEN