










MIS JE DE GYMLES OOK??

Doe de beweegbingo !

 Hou een ballon zo lang mogelijk in de lucht	 Maak samen met iemand een lange wandeling	 Dansen in de woonkamer DISCO!!
 Fiets een rondje door je eigen dorp!	 Daag elkaar uit met challenges	 Volg online een leuke sportles! (kijk op youtube) (dans, tabata, fitness)
 Hardlopen Trek je sportschoenen aan en gaan! (GOED BEZIG KANJER)	 Speel 30 minuten buiten! Alleen of met je vriend of vriendin	 Maak je eigen survivalbaan! Binnen of buiten (En voer deze natuurlijk uit!)

