

Mobilee thuisbingo

We spelen bingo! Als je een opdracht hebt gedaan, mag je deze doorstrepen. Lukt het jou om een volle bingokaart te halen? Vraag wel even aan papa of mama als een beetje hulp nodig hebt.

Wil je de juf laten weten dat het gelukt is? Stuur dan een foto op met een volle bingokaart in je hand waarbij je een van de oefeningen nog een keertje doet. Mail de foto naar e-mail-adres gym@mobilee-woerden.nl.

Veel plezier! Volgende week staan er weer nieuwe opdrachten voor je klaar.

Spring 10x als een kikker	Verzamel in huis alle plastic bakjes en bouw er een hele hoge toren mee	Maak een koprol op elk bed in huis	Balanceer 20 seconden op 1 voet en daarna op 20 seconden op je andere voet
Kruip onder vier voorwerpen door	Spring 10x zo hoog als je kan	Verzamel alle knuffels in huis en gooi deze van een afstandje in een emmer of wasmand	Ga op je rug liggen en maak 20x een fietsbeweging met je benen
Zoek een stoeprand of teken met stoepekrijt een lange lijn en loop er netjes over heen	Ren 5x de trap op en af	Doe snel je voeten van de vloer	Beweeg als een slang over de grond
Waggel als een pinguïn de hele woonkamer door	Doe hoofd, schouders, knie en teen	Zoek buiten een klimrek en ga 3x koppeltje duikelen	Kies zelf een leuke oefening en doe deze 5x