

Dans bingo:

Kies elke dag één activiteit.

Maak een hindernissenparcours in je tuin of in je woonkamer: klim, klauter, spring, sluip... Ruim het daarna ook weer op!	Maak een eigen dansje van +- 30 seconden. Kies ook een liedje dat erbij past.	Sluip en rol over de grond door het huis: wie kan je laten schrikken?	Beweeg zoals het water van de zee . Is het bij jou rustig op zee of eerder storm op zee?
De grond is een gloeiend hete kookplaat . Beweeg super snel want anders verbranden je voeten misschien!	Zoek op Youtube leuke " just dance " dansjes en dansen maar!	Onzichtbaar touwspringen: hoe lang hou je het vol? Verzin zelf nog spelletjes: onzichtbaar schaatsen, hoelahoepen,...	Zet je lievelingsliedje op en dansen maar!
Schrijf met je vingers de letters van je naam in de lucht.	Kies je favoriete stretch houding en laat je mama/papa/broer/zus... hiervan een foto maken. Cheese!	Ga op één been staan zoals een flamingo . Hoe lang kan jij blijven staan?	Kijk in de spiegel en toon je mooiste glimlach .
Dierenfeest : doe een kangoeroe, kikker, vogel,... na. Doe ook zeker je lievelingsdier eens na!	Loop of dans van hoek naar hoek in je huis. Zorg er voor dat je 5 hoeken hebt aangetikt.	Ga op zoek naar een knuffel en maak een dans solo met jouw knuffelbeer als publiek!	Hoe lang kan je ter plaatse blijven lopen ?