

ABC

Benodigheden:

- ✓ Geen

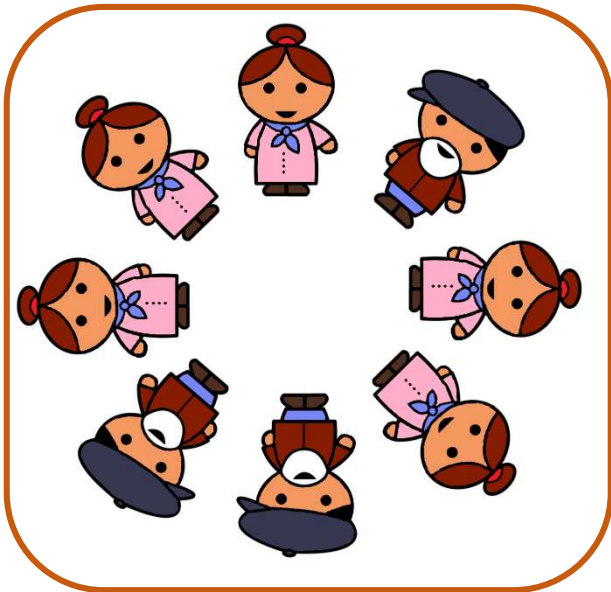
Hoe werkt het?

Ronde 1:

Je gaat allemaal het alfabet opnoemen. Je gaat bij alle medeklinkers een stapje naar links en bij alle klinkers een stapje naar rechts

Ronde 2:

Je gaat allemaal het alfabet opnoemen. Nu ga je bij alle é-klanken een stapje naar links en alle andere naar rechts



Aanpassingen:

- ✓ Je kan squats maken of eventueel alleen de arm meebewegen
- ✓ Een dubbelen beweging maken dus en de armen en de benen laten werken
- ✓ Je moet hardop het alfabet opnoemen!