

BEWEEG JE NAAM



Geef jezelf een knuffel



Klap op je knieën



Maak je lang



Stamp als een olifant



Sluip als een tijger



Hinkel op 1 been



Raak je tenen aan



Raak met je elleboog je knie



Draai 3 rondjes



Huppel als een paard



Vlieg als een vogel



Doe 3 ademhalingen



Spring 10 keer



Schud je hele lichaam



Doe alsof je klimt



Doe een koprol



Schud met je rechter voet



Spring vijf keer op 1 been



Maak een standbeeld



Schud met je linker voet



Spring als een kangoeroe



Raak je neus aan



Brul als een leeuw



Sta op je tenen



Doe alsof je op een stoel zit



Trek een gek gezicht