

Werpringen

Stap rond met een
werpring op je hoofd.



Werpringen

Draai de werpring rond je pols. Maak het moeilijker door aan elke kant met een werpring te draaien.



Werpringen

Rol de werpringen zo ver mogelijk.

3



Werpringen

Geef de ring over je hoofd door. De ander neemt de ring over en geeft die door tussen de benen.



Hoepel

Volg de rand van de hoepel. Probeer er niet af te vallen!



Hoepel

Spring van hoepel naar hoepel.



Hoepel

Kruip door de hoepel.
Maak het moeilijker door
erdoor te springen.



Hoepel

Gooi de bal door de hoepel. Maak het moeilijker door steeds verder te staan.



Pittenzakje

Gooi het pittenzakje in de hoepel. Maak het moeilijker door steeds verder te staan.



Pittenzakje

Leg het pittenzakje op je hoofd en stap rond. Maak verschillende bewegingen en laat het niet vallen. Voorzichtig!



Pittenzakje

Leg het pittenzakje op
je rug en kruip rond.
Raak het niet kwijt!



Pittenzakje

Sta op één been en houd
het pittenzakje zo lang
mogelijk op je voet.



Kleine bal

Rol de bal tussen de benen van de ander.



Kleine bal

Gooi de bal zo hoog mogelijk in de lucht en van hem op.



Kleine bal

Laat de bal balanceren
op je gestrekte hand.



Kleine bal

Wandel met de bal
tussen je knieën.



Jongleersjaal

Gooi het sjaaltje hoog in de lucht en vang het op.



Jongleersjaal

Maak grote cirkels met de sjaaltjes.



Jongleersjaal

Probeer de sjaal uit de broek van een vriendje te pakken.



Jongleersjaal

Spring over de sjaaltjes.

4

