



1 Doe samen in totaal 20 push-ups, 20 sit-ups en 40 squats en ren in totaal 30 minuten op de plaats

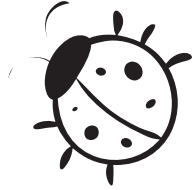


3 Verzin zo veel mogelijk varianten op het liedje 'Ik zag twee beren'

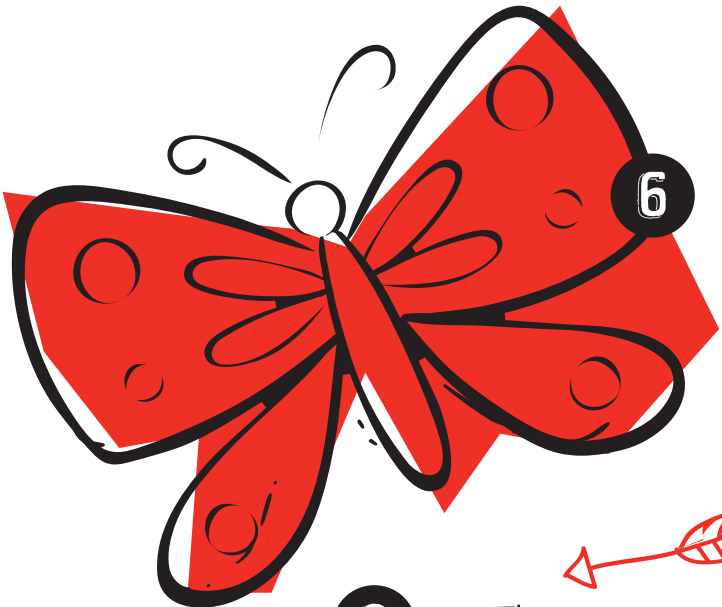
2 Sssttt. Zeg zo lang mogelijk helemaal niets. Hoe lang kunnen jullie stilblijven?

5 Trek zo veel mogelijk kledingstukken aan

4 Dans samen een line dance of klompendans



6 Houd een tuindierentelling



7 Ga picknicken in de woonkamer, uit eten in de badkamer of naar de film in het tuinhuisje, of ...



8 Maak een legpuzzel van minstens 500 stukjes



9 Stop je grote teen in de mond



10 Eet zoveel mogelijk paaseitjes in 1 minuut

