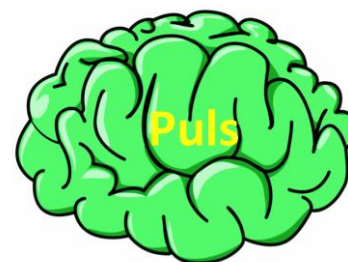


Terning-gym (fyld selv ind)



Lad eleverne selv udfylde skemaet med 30 forskellige små øvelser

Slå med en terning fem gange og lav de øvelserne, som øjnene viser. Fx hvis du slår 1-2-3-4-5 laver du: 10 sprællemænd, 5 push ups op af væggen, 10 små cirkler med armene, massér din hovedbund med fingerspidserne, løft skuldrene op til ørene 5 gange.

	1. kast	2. kast	3. kast	4. kast	5. kast

