

Kijk eens wat je lichaam allemaal kan!

Met deze opdrachtsuggestie gaan we samen bewegen op een liedje van de Kapitein.

Vrolijk dansen op muziek

Zet het Lijflied op en dans allemaal met heel je lijf mee. Nodig de kampioenen uit om te benoemen wat ze doen. Hoe bewegen je armen? En je benen? Dans samen naar hartenlust vrij op de muziek en vergeet zeker niet zelf mee te dansen. Je kunt ook verschillende bewegingen voordoen en hen uitnodigen om ze na te bootsen.