














Sportspel

20 probeer een handstand 	19 verzin een opdracht voor de anderen	18 tik je bed aan 	17 een beurt overslaan 	16 ren de trap op 	15 maak een dansje van 20 sec 	14 terug naar vak 9 	13 10 keer buikspieroefening
21 30 seconden op 1 been staan (als lukt met ogen dicht)	36 terug naar vak 1 	35 30 sec op 1 been staan (ogen dicht)	34 drink een glas water	33 nog een keer gooien	32 een beurt overslaan 	12 verzin een opdracht voor de anderen	
22 nog een keer gooien 	37 Verzin een opdracht voor de anderen					31 druk op de deurbel	11 hinkel 10 keer met links 
23 10 keer springen op 2 voeten		30 10 keer springen op 2 voeten	10 nog een keer gooien 				
24 20 keer met je hakken, je billen aanraken	25 5 keer opdrukken 	26 tik 6 muren aan met je voeten (zachtjes)	27 verzin een opdracht voor de anderen	28 maak een koprol (voor of achteruit)	29 terug naar Vak 21 	9 10 keer springen op 2 voeten.	
1 	2 maak een koprol	3 ga naar de voorste speler 	4 hinkel 15 keer met rechts	5 nog een keer gooien	6 ga naar vak 12 	7 tik 4 muren met je handen aan	8 probeer een handstand 