



# RÖRELSEBINGO!

För att få bingo behöver du göra tre övningar i rad utifrån bingobrädet nedan.

<b>STJÖSTJÄRNAN</b>	<b>GRODHOPP</b>	<b>BJÖRNGÅNG</b>
<b>KATT &amp; KON</b>	<b>BENSÄNKNINGAR</b>	<b>KISSANDE HUND</b>
<b>JUMPING JACKS</b>	<b>ARMHÄVNINGAR</b>	<b>RYGGLYFT</b>

*Gör fler övningar om du vill!*



# RÖRELSEBINGO!

För att få bingo behöver du göra tre övningar i rad utifrån bingobrädet nedan.

<b>PLANKAN</b>	<b>VÄDER- KVARNEN</b>	<b>KULLERBYTTA</b>
<b>TÅHÄVNINGAR</b>	<b>UPPHOPP</b>	<b>STÅ PÅ ETT BEN</b>
<b>KNÄBÖJ</b>	<b>KRÄFTGÅNG</b>	<b>HÖGA KNÄN</b>

*Gör fler övningar om du vill!*