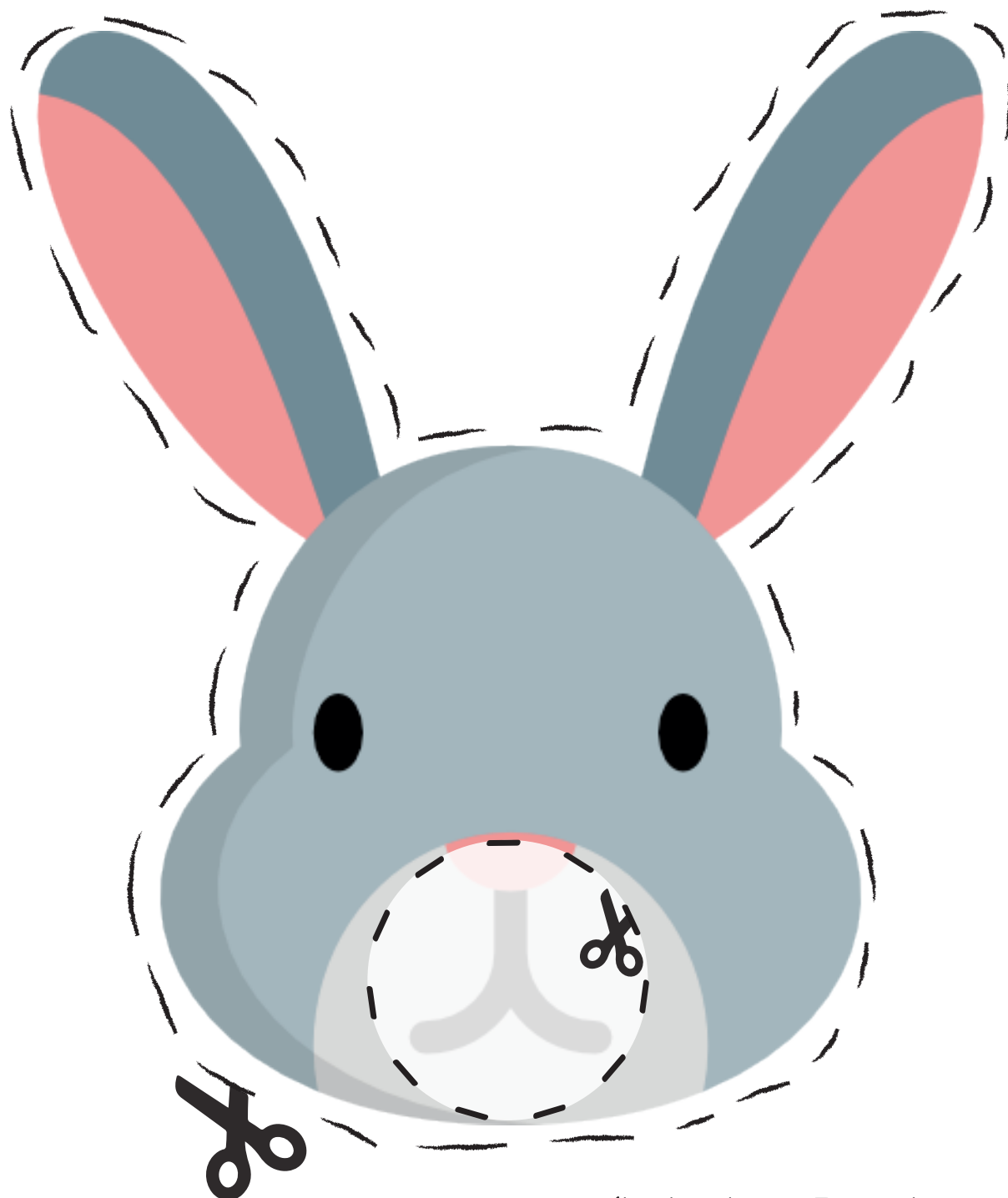
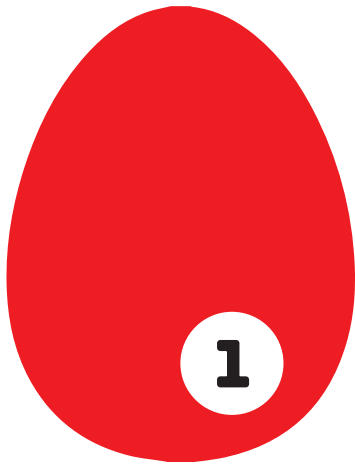


De Familie Fit Paasspeurtocht

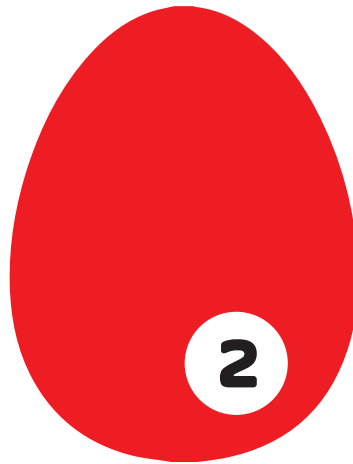


(knip deze Paashaas uit)

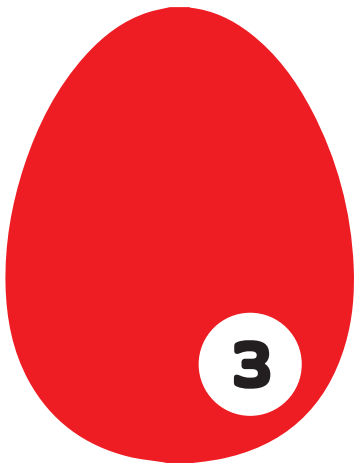
Eitjes Familie Fit Paasspeurtocht



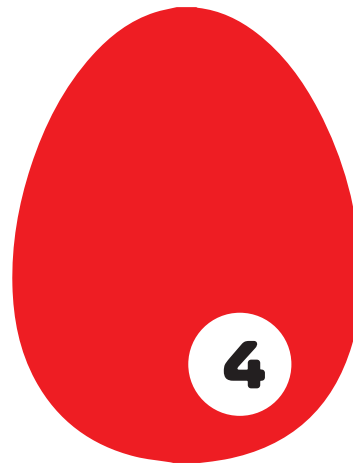
Spring 10 x op
en neer als een paashaas.



Loop gedurende 30 seconden
zo hard mogelijk ter plaatse.

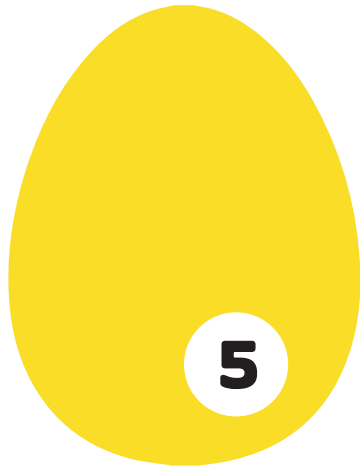


Ga op 1 voet
staan.
(en neem je andere voet vast)

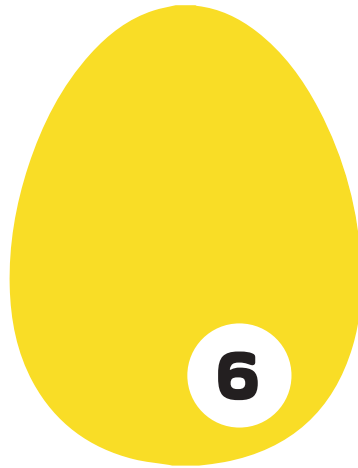


Zoek zo snel mogelijk
een geel voorwerp.

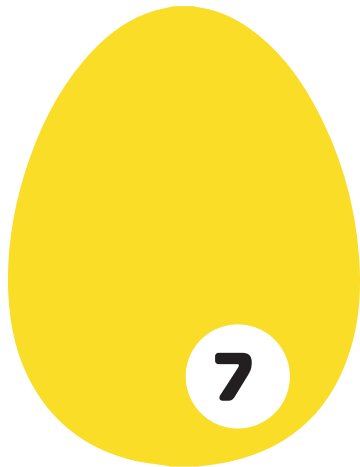
Eitjes Familie Fit Paasspeurtocht



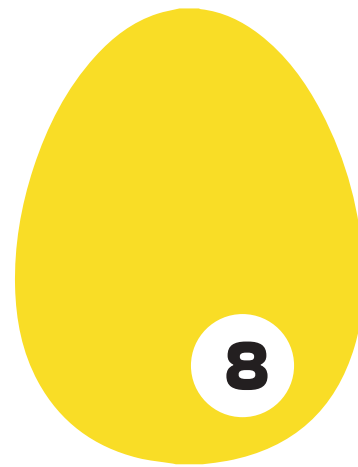
Draai al knuffelend een rondje,
spring omhoog en doe een high five.



Spring met je benen open en toe.
Een ander gezinslid rolt op het juiste
moment een bal (paasei?) door de benen.

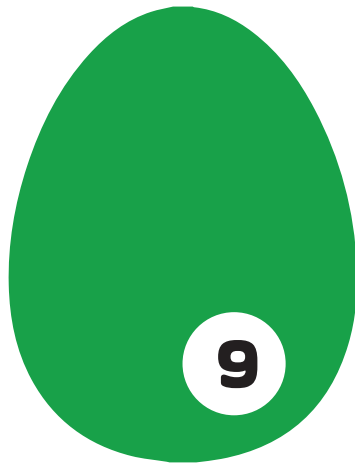


Maak een klein bolletje en wieg
heen en weer. (bolle rug maken)

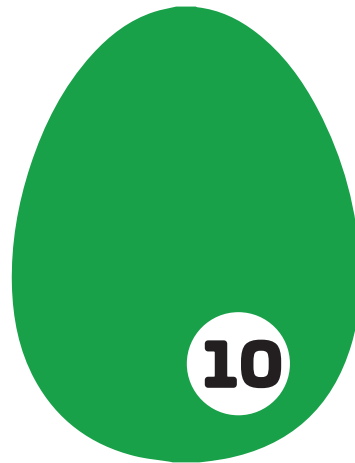


Als papa of mama snel in de handen klapt,
dan loop je snel.
Vertraag als papa of mama trager klapt.

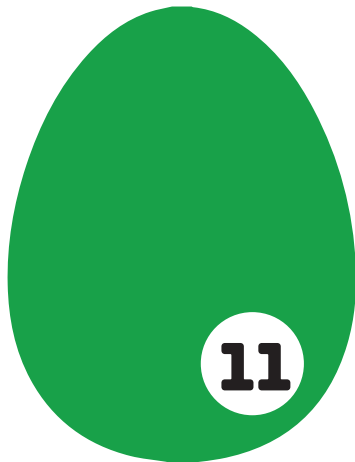
Eitjes Familie Fit Paasspeurtocht



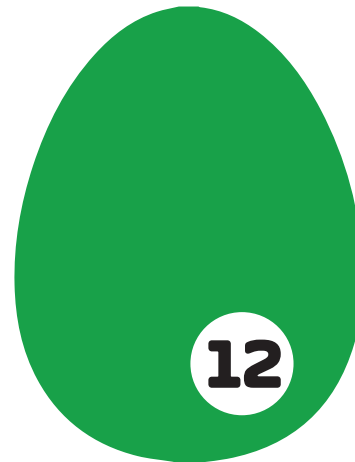
Doe samen een high five, low five, high ten en low ten op verschillende hoogten.



Mama of papa zit in handen- en knieënzit. De kinderen kruipen onder en over de brug.

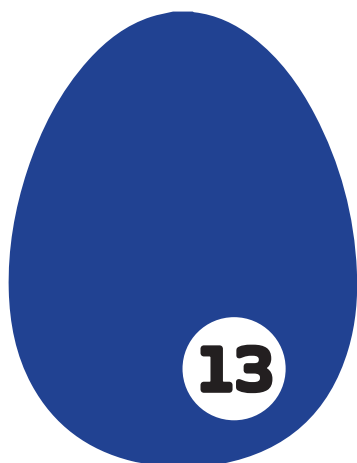


Houd elkaars handen vast (per 2). Papa of mama draait jou rond.

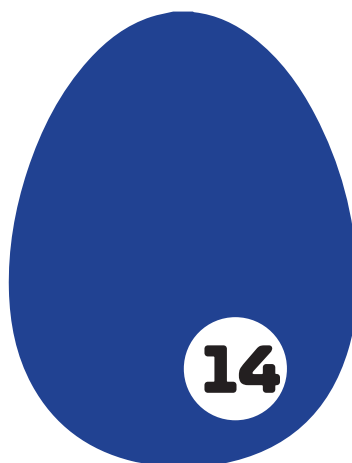


Maak pirouetten op 1 been. Daarna op je andere been.

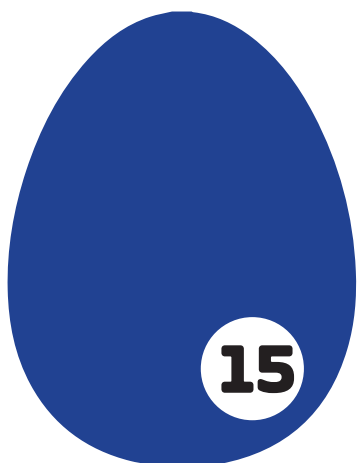
Eitjes Familie Fit Paasspeurtocht



Iedereen krijgt vier balletjes of papierpropjes.
Mik de balletjes of propjes in de mand of het doel.
Tel hoeveel keer je raak gegooid hebt.

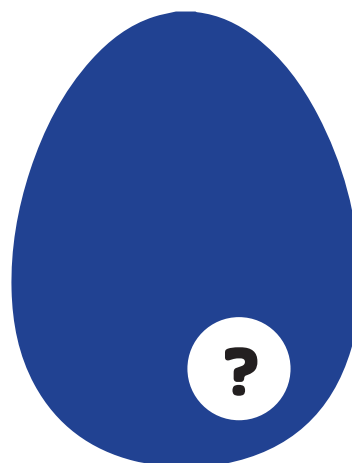


Ga op een rij staan. Iedereen krijgt drie balletjes of papierpropjes. Gooi een steen of takje een eindje verderop. Gooi één voor één je bal/propje zo dicht mogelijk bij de steen/tak.
Degene die de bal/prop gooide dat het dichtst bij de steen/tak ligt, wint.



Joepie!

Iedereen mag een chocolade
paaseitje eten. :-)



Creëer je eigen opdracht!

Worteltjes (Familie Fit Paasspeurtocht)

