

Beweegtip 18(Verspringen met Bart)

Hoi allemaal,

Vandaag gaan we kijken hoe het staat met jullie been spieren. We gaan proberen zo ver mogelijk te springen.

Je gaat proberen uit stand zover mogelijk te springen.

Wat heb je nodig:

- 3 materialen om neer te leggen (3 wasknijpers, 3 zakjes, 3 wc rollen)
- Een startlijn om achter te staan
- Eventueel een meetlint om te meten hoe ver je hebt gesprongen



<https://www.youtube.com/watch?v=-mPvJthq6qk&feature=youtu.be>

Succes allemaal!!