

RÖRELSEPROMENAD

KRYSSA FÖR ALTERNATIVEN SOM DU KLARAR ATT GÖRA

Hitta en kompis att gå med

Hoppa/Klättra över 3 olika stenar

Gå baklänges 20 steg

Känn på mossa

Känn 2 olika dofter på gården

Hitta 10 träd

Le och hälsa på dem du ser

Hitta 3 olika djur

Känn på 5 stycken parkbänkar

Balansera 10 steg

Gå på hälarna 10 steg

Lyssna på 3 olika ljud du hör