

VESELÉ VELIKONOCE



Mlejn

Udělej prkno (plank)
a napočítej u toho do 10

Počítej do 10 a snaž se při
tom udělat placku

6x vyskoč, jak
nejvýš dokážeš

Udělej (pokus se udělat)
provaz na levou nohu a
počítej u toho do 10

Udělej
6 sedlehů

Udělej
3 píd'alky

Udělej 5 kliků

TATO KARTIČKA JE VELIKONOČNÍ DÁREK PRO
RODIČE. MOHOU MÍT JEDNO PŘÁNÍ
A TY JIM HO MUSÍŠ SPLNIT.

Udělej 3 angličáky
(výskok, dřep, klik, dřep,
výskok, ...)

Vyskoč 8x
jako žába

Vyskoč 10x na pravé noze
a 10x na levé noze

Udělej svíčku a
počítej u toho do 10

Udělej (pokus se udělat)
provaz na pravou nohu
a počítej u toho do 10

Vymysli cvik
„velikonoční vajíčko“
a 5x ho zacvič

Udělej most a
počítej u toho do 5

Vyskoč 10x
jako veselý chroust

Udělej 3x za sebou cviky
kobra a pes (střecha)

Udělej pozici lod'ka
(zpevňovačka na zádech)
a počítej u toho do 8

Za křeslem

Pod gaučem

Pod postelí

Pod květináčem

V knize

Za obrazem

V mrazáku

Na sušáku na prádlo

Na topení

Mezi hrncema

U zubních kartáčků

Pod dřezem

Na dveřích

Na okně

V lednici

Ve skříni

Pod hodinami

V troubě