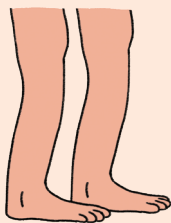
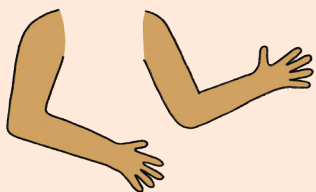


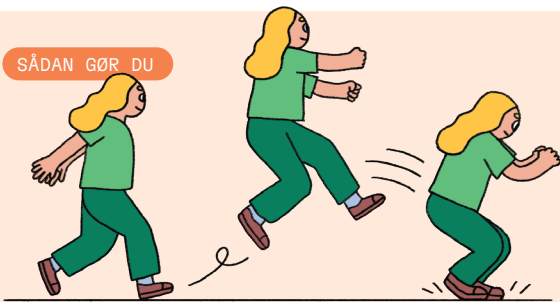
# Kend din krop

DET SKAL DU BRUGE



- Dine arme
- Dine ben
- Dine fødder
- Dine hænder
- En blyant

SÅDAN GØR DU



Hvor langt kan du springe?

LÆGNDE 

Hvor højt kan du springe?

HØJDE 

FORTSÆTTER PÅ NÆSTE SIDE ↴

## SÅDAN GØR DU



**Kravl igennem dine arme uden at hænderne slipper.**

Prøv mens du sidder ned og mens du står.

Prøv hurtigt og langsomt.

Prøv forfra og bagfra.

**Kan du kravle igennem dine egne arme?**

Flet dine fingre.

Hold dine arme ud foran dig.



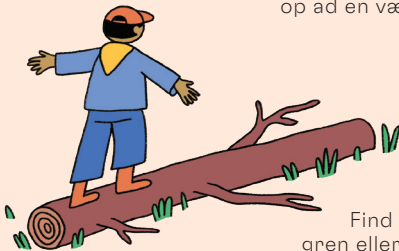


### Rul en træstub

Prøv at rulle og skubbe en træstub rundt.

### Stå på hænder

Hjælp hinanden til at stå på hænder op ad en væg.



### Gå på line

Find en træstamme, gren eller andet sjovt og gå på line.

GENNEMFØRT

DATO