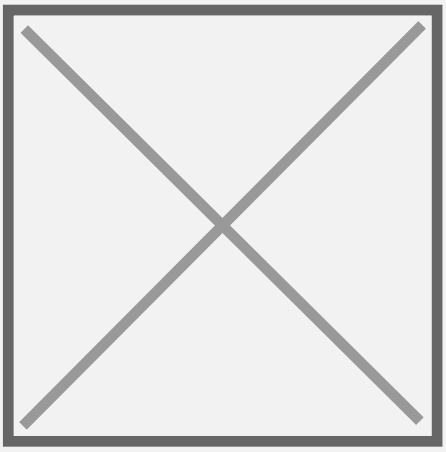
Uithouding: Opwarming: Ordenen



Materiaal
Geen

Opstelling
Vrij

Fysieke basis eigenschappen
Uithouding

Door elkaar lopen en op signaal zo snel mogelijk naar een aangeduide plaats lopen, bijvoorbeeld de muur, een paal, een venster, een lijn in de zaal, bij de plinten.

Variatie:

- evenveel kinderen in de vier hoeken
- in groepjes van 3 bij de basketdoelen

Aandacht: geef duidelijk aan waar en hoeveel.