

LIIKUNNALLINEN



Joulu Bingo



Piparkakku-
venytys:
Seisoin
yhdellä
jalalla toisen
jalan nilkasta
kiinni pitäen

Kiersin
Hakkenpään
Laavupolun
Joulupolun

Tein
lumienkeleitä/
haara-perus-
hyppelyä

Joulutähti-
punnerrukset:
Tein 5
punnerrusta
seinää vasten

Houkuttelin
tuttavan
kanssani
kävelylle

Lumihiutale-
pyörähdys:
Pyörähdin 3 krt
ympäri

Käytän
heijastinta
ulkoillessani

Menin
metsään ja
hengittelin
syvään

Joulupukin
reki-nousu:
Nousin 106
porrasta