

PÅSKEGYM

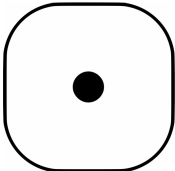
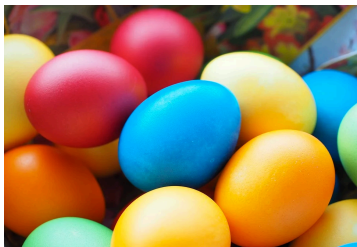
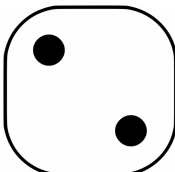
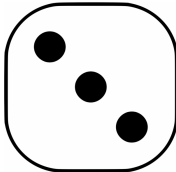
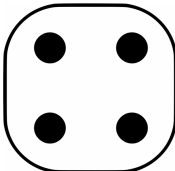
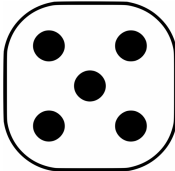
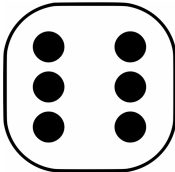
Terning på nett om ikke har hjemme:
<https://no.piliapp.com/random/dice/>

Kast en terning og gjør øvelsen som passer til det du fikk.
Kast minst 10 ganger eller til du har gjort alle øvelsene.

Utfordring:

Kast flere terninger samtidig.

Klarer du å bli et hoppende egg? Eller hva med en skigående påskelilje?

	Rull som et egg Rull deg sammen til et egg. Rull rundt 3 ganger.	
	Hopp som en hare Hold hendene på gulvet mellom beina og hopp så og langt du klarer 5 ganger.	
	Voks som en påskelilje Rull deg ned som et lite frø. Strekk deg sakte oppover helt til kroppen er helt utstrekt, så du nesten tar i taket.	
	Gå som en kylling Gå minst 20 skritt hvor du løfter beina høyt og holder hendene på ryggen.	
	Gå påskeskitur Strekk ut armene med én arm foran og én arm bak. Strekk ut beina motsatt. Bytt og skli som om du går på ski bortover minst 10 ganger.	
	Skriv PÅSKE med kroppen Stå eller ligg på gulvet og form alle bokstavene i ordet PÅSKE med kroppen din.	

