

## Fitness Monopoly

start	doe 20 push-ups maken	ga 2 minuten in de tuin touwtjespringen	zeem de ramen van de keuken	doe dansjes van tiktok, just dance
doe 20 kikker sprongen		ga 1 minuut joggen op je plaats		doe 30 buikspieroefeningen op de grond
ga 15 keer hinkelen op 1 been		Maak 25 knie buigingen en spring omhoog		Maak 5 keer een handstand tegen de muur
kruip onder alle meubels door		Finish		loop door het huis met een ei op een lepel
maak een koprol op elk bed in huis				doe alle deuren in huis open en weer dicht
ren twee x de trap op en af				spring van de derde traprede, land op twee voeten
maak een spreid/sluitsprong	bouw een toren van wc rollen	verzamel alle knuffels en mik ze in de wasmand	doe washandjes om je voeten en ga schaatsen	huppel rondjes om de tafel/bank

