

## Veckans rörelse (v. 40)

**Hoppa på ett ben framåt och bakåt! Prova både vänster och höger.**



**Utmaning 1:** Hur länge kan du stå stilla på ett ben? Kan du blunda samtidigt?

**Utmaning 2:** När du hoppar på ett ben, kan du då samtidigt snurra runt och klappa i händerna?

**Utmaning 3:** Kan du sätta dig ner när du står på ett ben? Hur långt kan du böja dig ner?

