

Thuisstraining welpen

1-2x per week

Opwarming: dansjes

1. <https://www.youtube.com/watch?v=hL4k-XiSHqk&list=PLt--KV5wh9x7IGmv2fuD7wWfxeGfsNdf&index=3>
2. <https://youtu.be/0tiZe0UDxFs?list=PLqIk0BHeQFH2uSKbloCHJv1k1Ss1OMv5>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=26guG6wr5so>

Oefeningen

1. Turnen met de teddybeer!
 - a. Gebruik een beer in plaats van een blok
 - b. https://www.youtube.com/watch?v=TTk_FtgkhW8
2. We steken de rivier over.
 - a. Teken met krijt cirkels op de vloer
 - b. Laat je kind van cirkel naar cirkel springen om de rivier over te steken
 - c. Vergeet geen 'gevaarlijke haaien' op de vloer te leggen

Extra ideetjes

<https://sites.google.com/gymmax.be/gymmaxhome/recreatieve-groepen/peuterturnen>