

abcd

Klappa 10 gånger i varandras händer!

efgh

Klappa varandra på kinden 5 gånger!

ijkl

Gör 5 piruetter!



mnop

Hoppa 10 x-hopp!

qrst

Spring och klappa 5 träd!

vwxy

Hoppa på 1 ben 10 gånger!

zääö

**Gör ramsan "huvud, axlar,
knä och tå" 3 gånger!**

Aa

Bb

Cc

Dd

Spring banan 3 varv!

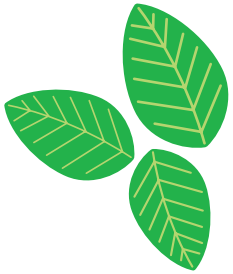


Ee

Ff

Gg

Hh



Kasta bollen tre varv runt laget!

Ii

Jj

Kk

Ll



Gör 10 upphopp!



Mn

Nn

Oo

Pp



Gå balansgång!



Qq

Rr

Ss

Tt

Kasta bollen tre varv runt laget!

Uu

Vv

Ww

Xx

Yy



Gör en cirkuskonst!



Zz

Åå

Ää

Öö



Ropa er hejaramsa!