

Aktivera dig!

- Testa en ny sport
- Spela brännboll
- Stå på huvudet
- Dansa utomhus till musik
- Spring 2 km utan att stanna
- Rör dig så du svettas
- Bygg en hinderbana
- Rör på dig tillsammans med en vuxen
- Kasta en boll så långt du kan
- Basket
- Beach volley
- Spring så fort du kan
- Hoppa så långt du kan
- Ta ett simborgarmärke
- Testa disc golf
- Gå en promenad med en hund
- Cykla till en ny plats/kompis
- Gå över en bro
- Lär dig jonglera