
DOBBELSTENEN SPEL



= 10 x push up



= 20 x sit up



= Om beurten om de pilonnen
heen en terug sprinten



= Kruiwagenloop ieder 1 x kruiwagen
over 40 meter



= Iedereen 5 series van 12 loopsprongen



= Iedereen 20 x bokspringen over een
ander persoon heen