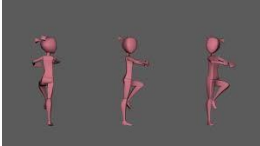


DANSEBINGO

Balanser på én fot så lenge du kan, ta tiden på hvor lenge du kan stå 	Sett på din favorittsang og lek dansestopp med småsøsken/foreldre/en venn 	Se en dansefilm 	Se på Youtube og finn en dans du liker! Klarer du å lære deg noe fra dansen?  shutterstock - 172653986	Stå på tå mens du pusser tenner 
Skriv ned navnet på alle dansetrinnene du kan 	Øv på hopp i hagen  #4370000	Tøy i 15 minutter til yndlingsmusikken din  Dette bildet	Lær bort et dansetrinn til en i familien din 	Ta et dansebilde og send til danselæreren din! 
Dans Blime-dansen fem ganger på rad 	Øv på alle tre spagater. Hold i 30 sekunder på hver 	Send en film av at du danser til noen du er glad i  shutterstock.com • 195235688	Stå i planken i ett minutt  VectorStock	Stav navnet ditt med kroppen 
Gå i takt med musikken til en hel sang 	Lær deg vaskedansen! Du finner den ved å søke på #coronahanddance  på #coronahanddance	Lag en dans med 8 bevegelser. Gjør den sittende, liggende og baklengs  shutterstock.com	Øv på piruetter til høyre og venstre 	Ta et opptak av deg selv når du danser. Hva er bra, og hva kan bli bedre? Prøv en gang til!  VectorStock

Kryss av for hver rute du har fullført!

Laget av Matilda Bosson
(Med inspirasjon av Åshild Thinn, Anna Hellandsvik og Marita Skaiaa)