Kevin Sonneville

2 LO & Bwr

**Kijkwijzer tussensteunsprong**

Bij **aanlopen krachtig** **afstoten** op springplank met **beide** voeten! **bekken hoog** brengen + **kaatsen** met de **handen** op de plint.

Je brengt je **benen** **tussen** je **armen** over de plint.



Bij **landen**

lichtjes door

**knieën**

**buige**n en

landen

in **evenwicht!**