



Aktivitetskort för Brandgympa

- Skriv ut bladen.
- Plasta in dem så att du får en fram- och baksida.
- QR-koder leder till filmer som visar varje rörelse.



FRAMSIDA



BAKSIDA

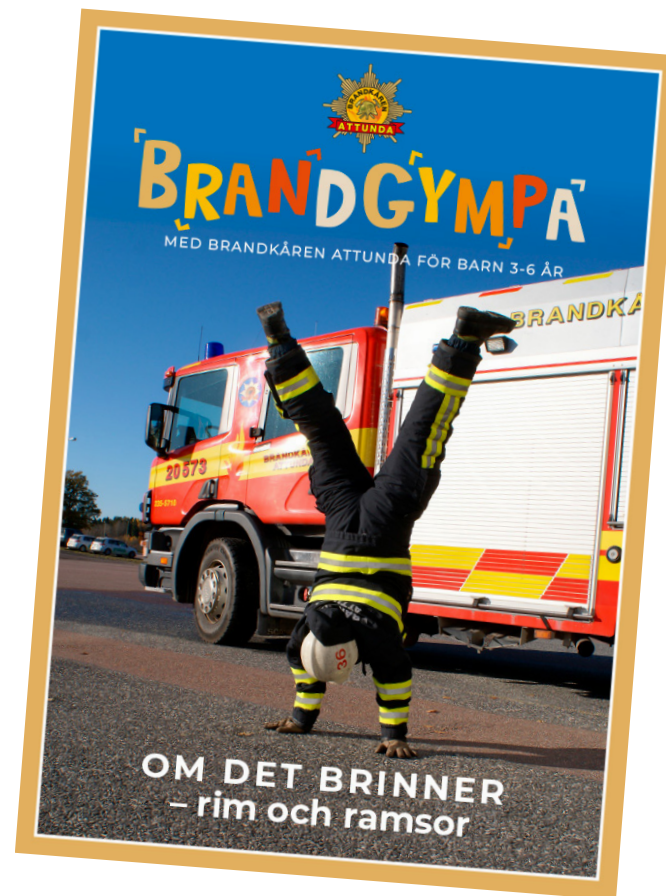


Aktivitetskort för Brandgympa



Introduktion

Klicka på QR-koden



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Varna andra



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Stå på tårna



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Armhävningar



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Testa brandvarnaren



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Hoppa jämfota



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgymna



Kryp under röken



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Lyssna efter ljud





Aktivitetskort för Brandgymna



Knäböj



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgymna



Rulla som en stock



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Gör en kullerbytta



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Be en vuxen om hjälp



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Sparka på rumpan



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Höga knän



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Stå på ett ben



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Sit-ups



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Blås ut ljusen



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgympa



Gå till återsamlingsplatsen



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA





Aktivitetskort för Brandgymna



Hoppa 1-1-2





Aktivitetskort för Brandgymna



Gå lugnt ut ur rummet



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA



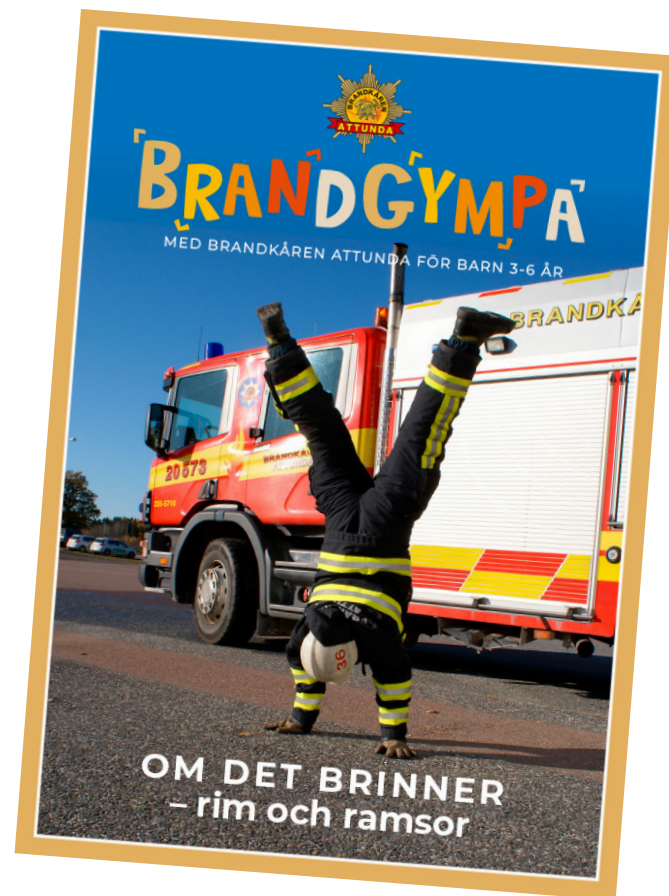


Aktivitetskort för Brandgympa



Avslutning

Klicka på QR-koden



COPYRIGHT BRANDKÅREN ATTUNDA

