

## **Filmpjes LO 1ste - 2de - 3de leerjaar**

Bewegingsoefeningen

<https://www.youtube.com/watch?v=eEKli5NUfuk&feature=youtu.be>

Bewegingsoefeningen 2.0

<https://www.youtube.com/watch?v=REkcTJnfS6U&feature=youtu.be>

Tabata 1

<https://www.youtube.com/watch?v=s0Kge-6-o8c&feature=youtu.be>

## **Filmpjes LO 4de - 5de - 6de leerjaar**

Bewegingsoefeningen 3.0

<https://www.youtube.com/watch?v=n0wHfRPgOOE&feature=youtu.be>

Workout

<https://www.youtube.com/watch?v=JJzysNjUm9A&feature=youtu.be>

Tabata 2

<https://www.youtube.com/watch?v=4J7M3onYhEg&feature=youtu.be>