

Lees je boek...

op één been,
na elke bladzijde
wissel je van been



Lees je boek...

op je buik,
en na een bladzijde
op je rug



Lees je boek...

Sta in spreidstand,
na een bladzijde
spring je dicht



Lees je boek...

terwijl je in een hurkzit
zit, na een bladzijde
ga je weer staan



Lees je boek...

op je tenen, na een
bladzijde weer plat
op je voeten



Lees je boek...

en spring drie keer in
de lucht na elke
bladzijde



Lees je boek...

en doe na elke
bladzijde vijf
jumping jacks



Lees je boek...

en na elke
bladzijde doe je
alsof je een dier
nadoet

