START

1

2
JUMP 5 TIMES

SALTA 5 VECES

3
CLAP YOUR ELBOWS 5 TIMES

CHOCA OS CODOS 5 VECES

4
CHALLENGE SOMEONE TO JUMP WITH YOU 10 TIMES

RETA A ALGUÉN A SALTAR CONTIGO 10 VECES

5

6
FROM BRIDGE TO BRIDGE, I ROLL WHEN I REACH A RIDGE!

7
HOP DOWN THE HALL

SALTA Á PATA COXA POLO PASILLO

8
MIMIC AN ANIMAL

IMITA UN ANIMAL

9

10
BEND YOUR KNEES 10 TIMES

DOBLA AS RODILLAS 10 VECES

11
FREEZE 30"

QUIETO 30"

12

13
SKIP 10 TIMES

LEVANTA RODILLAS 10 VECES

14

15
STAMP YOUR FEET 10"

GOLPEA COS PÉS 10"

16
JUMP TOGETHER DOWN THE HALL

SALTAR TODOS XUNTOS NO PASILLO

17
PUT 5 PAPER BALLS IN A CONTAINER

ENCESTA 5 BOLAS DE PAPEL NUN RECIPIENTE

18

19
"INN"
LOSE 2 TURNS

"POSADA"
PERDES 2 TURNOS

20
WALK LIKE AN ELEPHANT

ANDA COMO UN ELEFANTE

21
BALANCE WITH A BOOK ON YOUR HEAD

EQUILIBRIO CON UN LIBRO NA CABEZA

22
SKIP 15"

LEVANTA RODILLAS 15"

23

24
CLAP YOUR HANDS 6 TIMES

APLAUDE 6 VECES

25
ROLL YOUR HANDS AS FAST AS YOU CAN

XIRA AS MANS TAN RAPIDO COMO POIDAS

26
FROM DICE TO DICE, I ROLL AS COOL AS ICE!

27

28
WALK LIKE A KANGAROO

ANDA COMO UN CANGURO

29
BALANCE ON ONE LEG 10"

EQUILIBRIO SOBRE UNHA PERNA 10"

30
JUMP AND CLAP AT THE SAME TIME

SALTA E DA PALMAS AO MESMO TEMPO

31
"WELL" LOSE 2 TURNS

"POZO" PERDES 2 TURNOS

32

33
FREEZE 10"

QUIETO 10"

34
WALK LIKE A CRAB

ANDA COMO UN CANGREXO

35
MOVE YOUR HIPS 20"

MOVE AS CADERAS 20"

36

37
SWIM LIKE A FISH

NADA COMO UN PEIXE

38
HOP 10"

SALTA Á PATA COXA 10"

39
DANCE A SONG ALL TOGETHER

BAILADE UNHA CANCIÓN TODOS XUNTOS

40
WALK LIKE A PENGUIN

ANDA COMO UN PINGÜINO

41

42
"MAZE"
TO BOX 30 GO BACK

"LABERINTO"
RETROCEDE 30 A CASILLA 30

43
WALK 30"

ANDA 30"

44
DRINK WATER

BEBE AUGA

45

46
DO A YOGA POSITION

FAI UNHA POSTURA DE IOGA

47
CHALLENGE SOMEONE TO DE THE TWIST 30"

RETA A ALGUIEN A BAILAR O TWIST 30"

48
WALK BACKWARDS DOWN THE HALL

ANDA HACIA ATRÁS POLO PASILLO

49
FREEZE 20"

QUIETO 20"

50

51
SKIP DOWN THE HALL

SALTA COAS RODILLAS EN ALTO POLO PASILLO

52
"JAIL" LOSE 3 TURNS

"CÁRCEL" PERDES 3 TURNOS

53

54

55
BALANCE WITH A TOILET PAPER ROLL ON YOUR HEAD

EQUILIBRIO CON UN ROLLO DE PAPEL HIGIÉNICO NA CABEZA

56
STAND UP AND SIT DOWN 5 TIMES

LEVÁNTATE E SÉNTATE 5 VECES

57
WALK LIKE A SNAKE

ANDA COMO UNHA SERPE

58
"SKULL" BACK TO START

"CALAVERA" VOLVE AO INICIO

59

60
SKIP ALL TOGETHER 10 TIMES

LEVANTADE AS RODILLAS TODOS 10 VECES

61
PASS A PAPER BALL 10 TIMES

PASA UNHA BOLA DE PAPEL 10 VECES

62
WALK 20 STEPS

ANDA 20 PASOS

FINISH

63

FROM GOOSE TO GOOSE, AND FASTER THAN MOOSE!