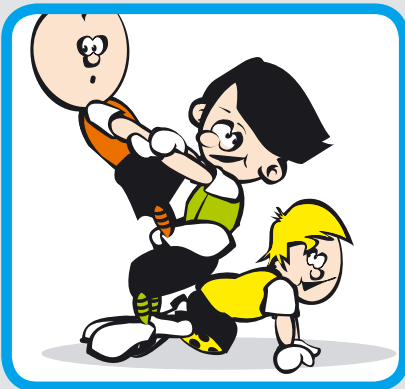
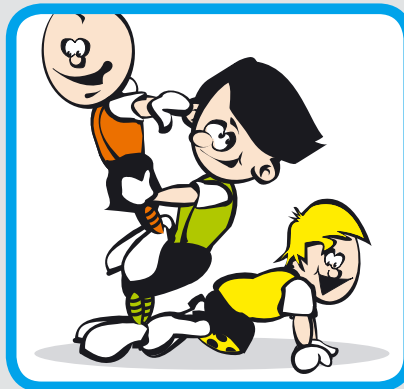


## Acrobatiek niveau B



**Schuitje varen** Schuitje varen op stoel.



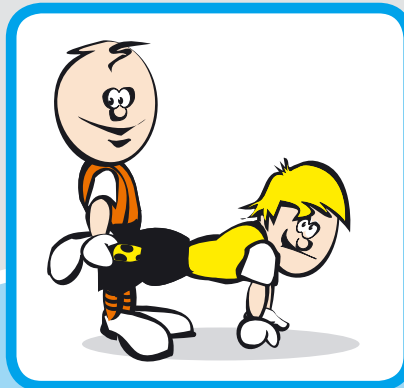
**Omgekeerd Schuitje varen** Nu omgekeerde stand.



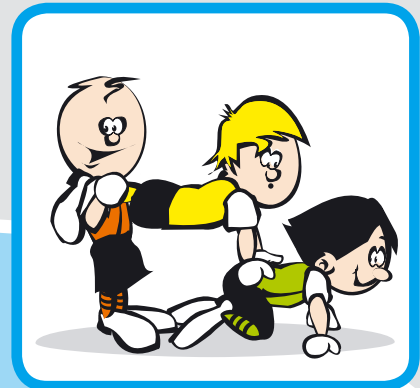
**Staan op de knieën** Staande piramide van drie. Staan op de knieën.



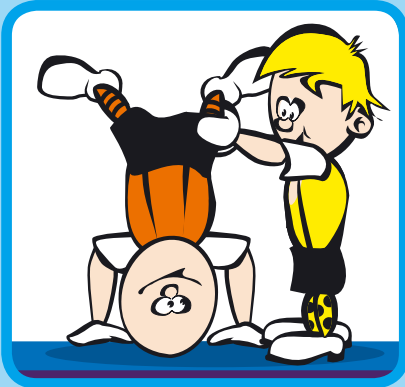
**Staan op de knieën** Zet de voeten op de tafel boven de billen.



**De kruiwagen** De kruiwagen houdt de rug recht.



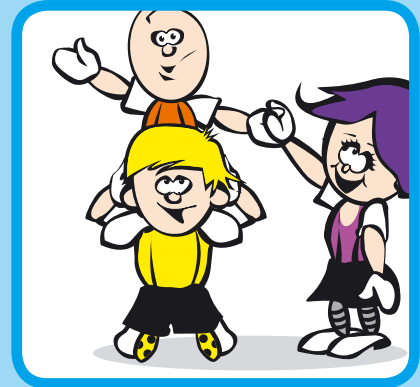
**De kruiwagen op hoogte** De kruiwagen heeft de handen recht onder de schouders.



**Kopstand** Maak driehoek met handen en hoofd, plaats je hoofd in de punt.



**Handstand** Druk je armen goed uit als je op de kop staat.



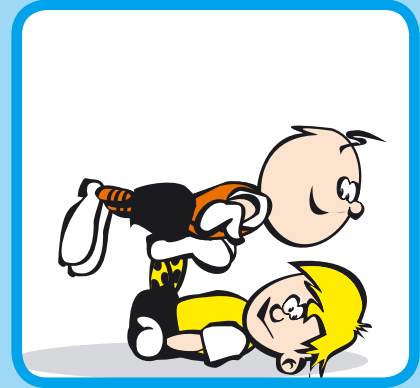
**Schouderstand** De onderste pakt de bovenste bij de kuiten. De onderste houdt de rug recht.



**Het vliegtuig**  
1. Zet de voeten tegen de heupen.



2. Met een hupje op de voeten gaan liggen.



3. Als plank spannen.

