

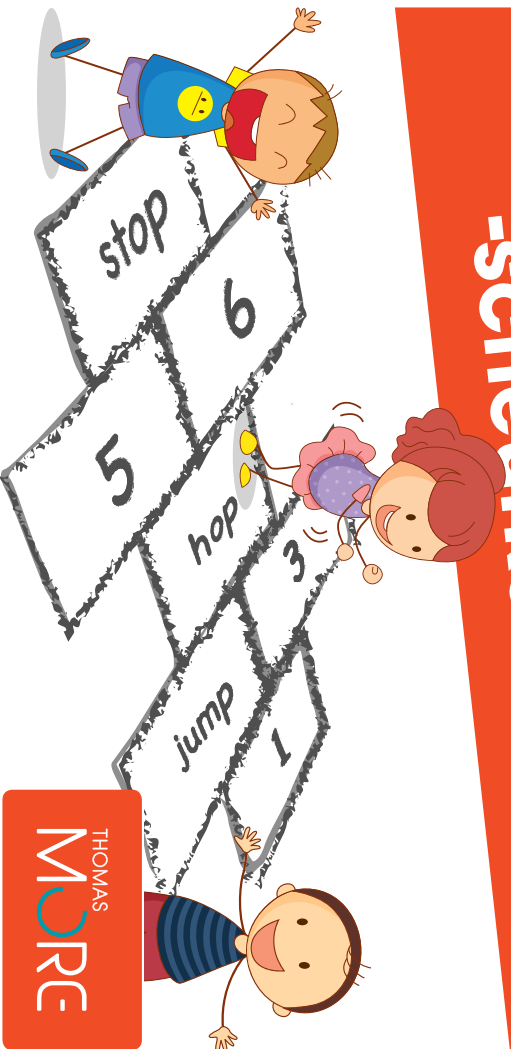
SPORT

@THOMASMORE

SPORTOPLEIDINGEN TURNHOUT

presenteert

De "Met een dagelijkse challenge de paas- vakantie door" -scheurkalender

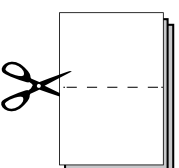


THOMAS
MORE

Stappenplan

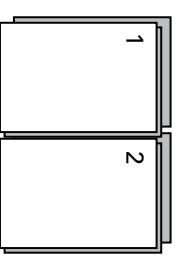
1

Knip beide helften los.



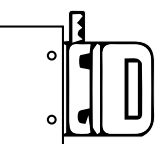
2

Sorteer, zodat de dagen op
volgorde liggen.



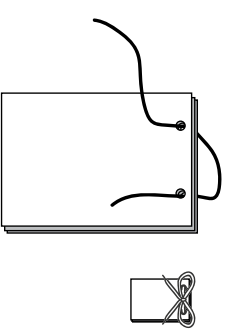
3

Maak gaatjes met een
perforator, zoals aangegeven.



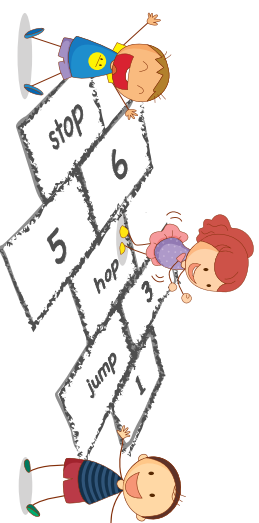
4

Gebruik een veter of een stukje
touw om alles aan elkaar te
binden



5

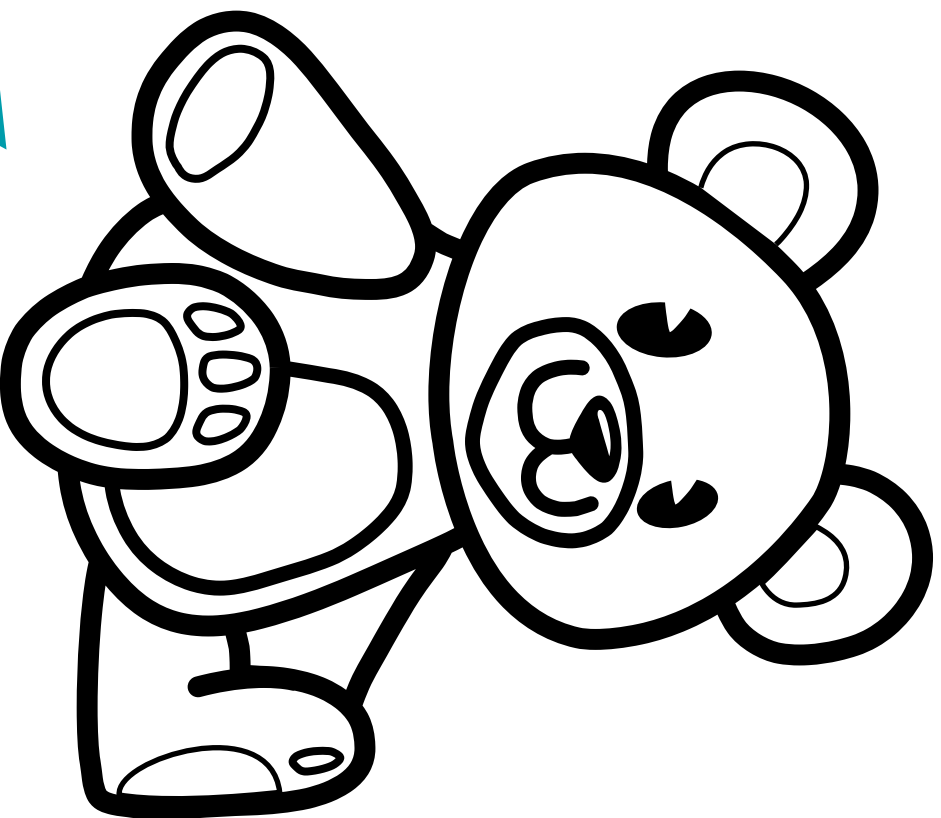
Have fun!
Met al je
gezinsleden...



Zaterdag 4 april



Plaats een beer voor het raam.
Ga zelf op berenjacht.



Zondag 5 april



Bak lekkere zandkoekjes.

INGREDIËNTEN

- 200 g koude boter
- 250 g bloem + wat extra om uit te rollen
- 5 g bakpoeder (ca. 1/3 zakje)
- 100 g suiker
- 2 eierdooiers
- Extra:
 - 2 bakplaten bedekt met bakpapier
 - plasticfolie
 - deegroller
 - steekvormpjes voor koekjes

BEREIDINGSWIJZE

1. Verwarm de oven voor op 170°C.
2. Snijd de boter in kleine blokjes.
3. Zeef de bloem en het bakpoeder boven een grote kom.
4. Voeg de suiker, een snufje zout, de eierdooiers en de Solo toe.
5. Meng met een spatel of mixer alle ingrediënten tot een stevig en glad deeg. Opgelet: meng niet te lang, want dan wordt het deeg stug. Rol het deeg tot een bol, rol in folie en laat het 30 minuten rusten in de koelkast.
6. Bestuif het werkblad met een beetje bloem en rol het deeg uit tot een plak van ongeveer een halve centimeter dik.
7. Druk met een steekvormpje (of met de rand van een glas) figuren uit het deeg en leg ze op de met bakpapier bedekte bakplaat. Vouw de deegrestjes op elkaar, rol ze opnieuw uit en druk er meer vormpjes uit tot je deeg helemaal opgewerkt is.
8. Bak de koekjes in de voorverwarmde oven in 15-20 minuten goudbruin. Laat de koekjes op de bakplaat afkoelen en knapperig worden. Bestuif de afgekoelde koekjes eventueel met poedersuiker.

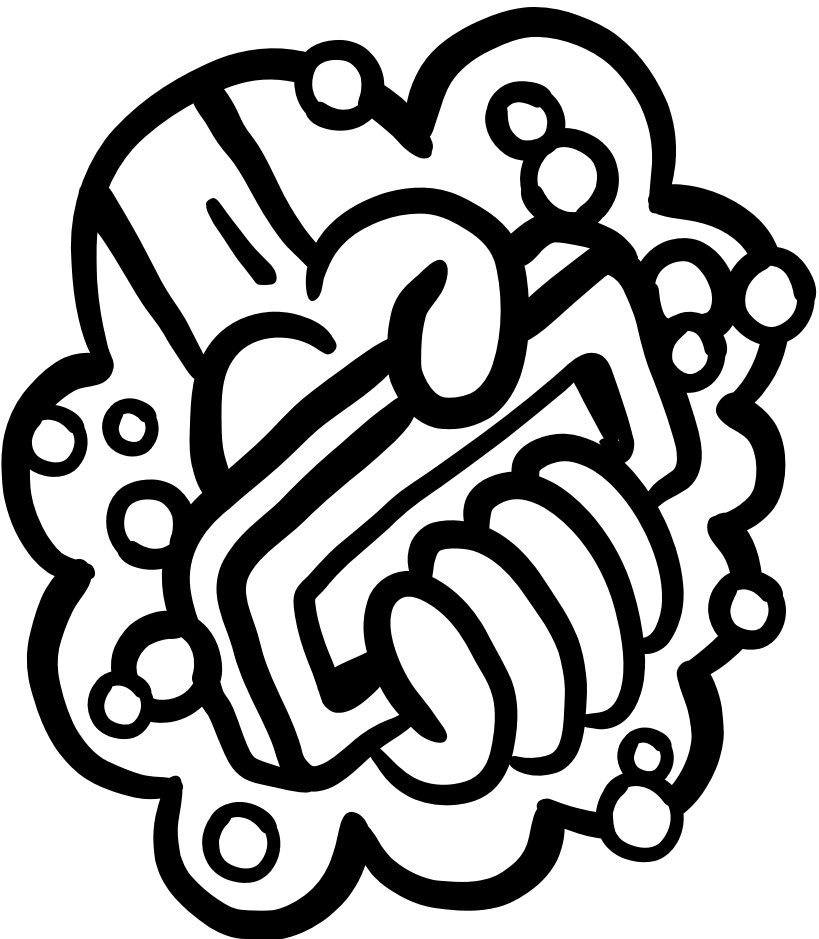




Maandag 6 april



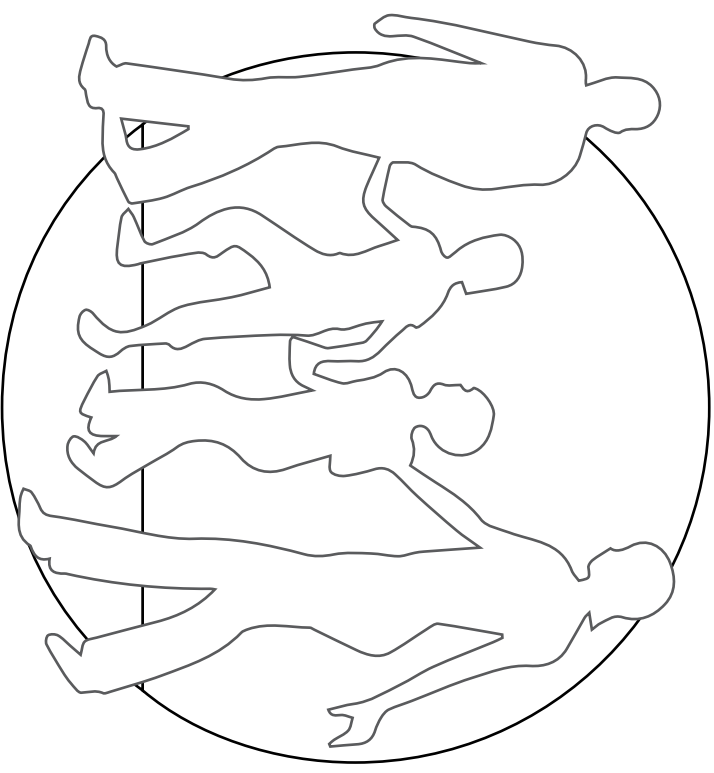
Zing met iedereen in huis mee met K3 het liedje 'Handjes wassen'!



Dinsdag 7 april



Maak een ontspannen wandeling in de buurt.
Extra uitdaging: er moet steeds iemand achterwaarts lopen.

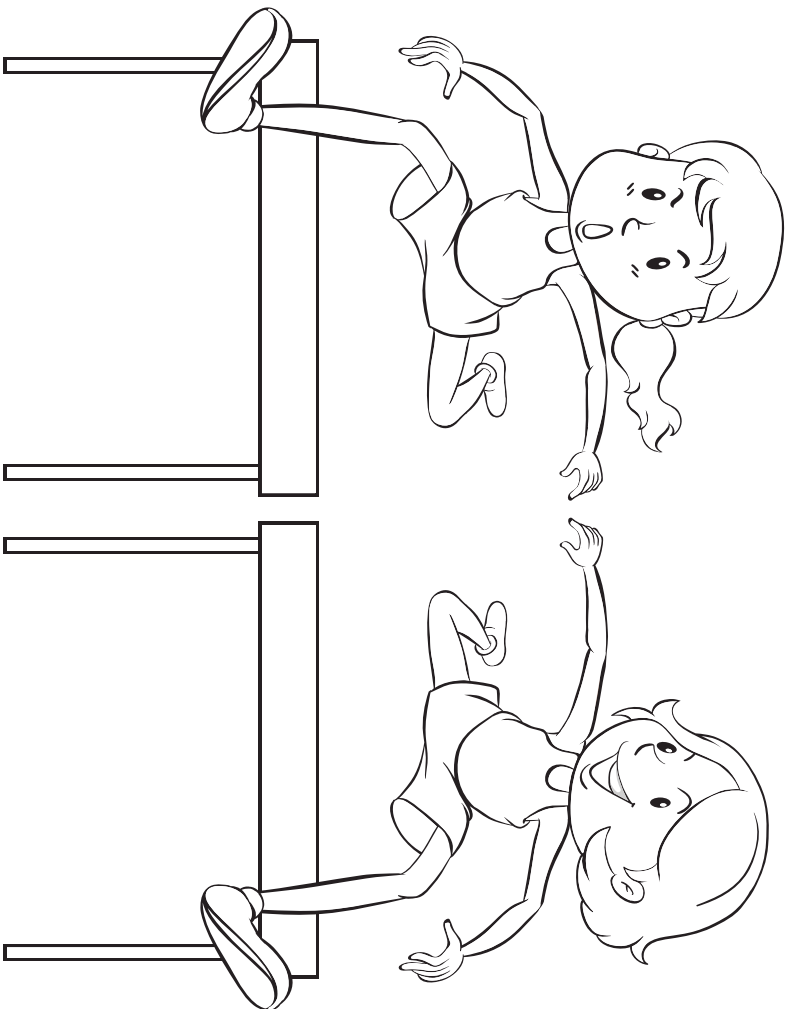




Woensdag 8 april



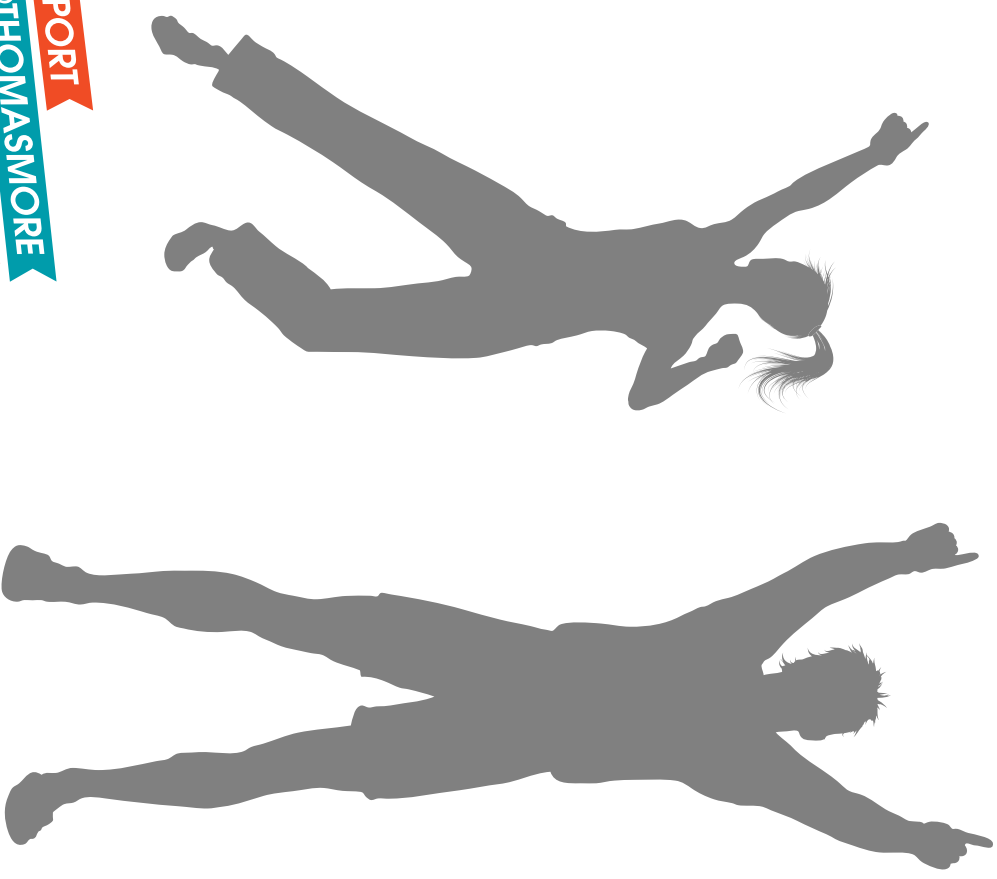
Bouw een hindernisparcours in de tuin of living. Kan je het parcours ook afleggen op 1 been?



Donderdag 9 april



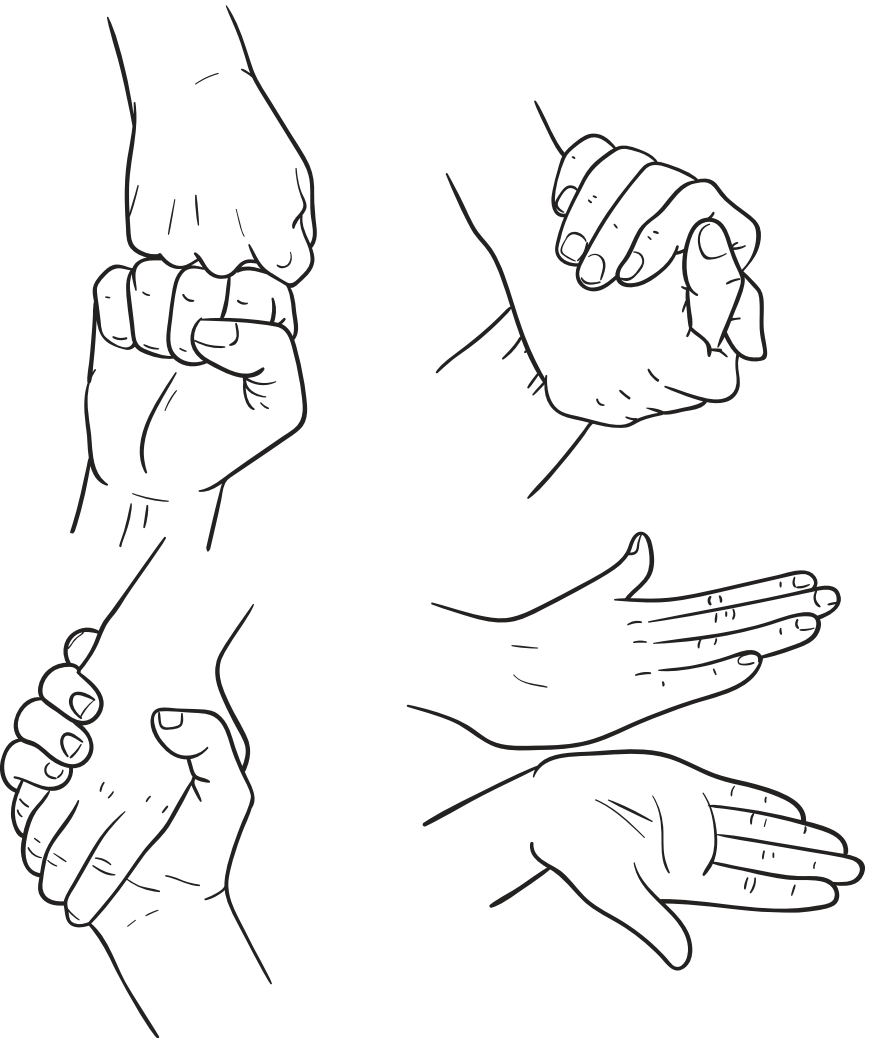
Teken elkaars schaduw met stoepkrijt. Eerst gewoon staand. Kan je ook een dier uitbeelden met je schaduw?



Vrijdag 10 april



Bedenk je eigen handshake. Kan je 'm ook met je ogen toe?



Zaterdag 11 april



Bak een lekkere appelcake.

INGREDIËNTEN

- 200 g boter
- 200 g kristalsuiker
- 1 zakje vanillesuiker
- 4 eieren
- 200 g zelfrijzende bloem (gezeefd)
- snuiffe zout
- 3 appels

BEREIDINGSWIJZE

1. Klop in een grote mengkom de zachte boter met de suiker en de vanillesuiker tot een licht en luchtig mengsel, of tot het als een lint van de klopper loopt (met een garde 10 minuten, met een mixer 5 minuten).
2. Splits de eieren. Meng de eierdooiers een voor een door het botersuikermengsel. Zeef de bloem en het snuiffe zout boven de kom en meng alles tot een homogeen beslag. Klop de eiwitten stijf en spatel ze voorzichtig door het beslag. Schep het in een ingevette en met bloem bestoven cakevorm van 2 liter.
3. Schil de appels en verwijder het klokhuis. Snij de appels in acht partjes en duw ze in de cake. Bak de cake 15 minuten in het midden van een voorverwarme oven op 175°C.
4. Verlaag de temperatuur tot 160°C en laat nog 35 à 40 minuten verder bakken. Controleer na 35 minuten met een metalen prikker of breipen: als die droog uit de cake komt, is hij klaar, anders laat je hem nog even verder bakken. Laat de cake op een rooster afkoelen.

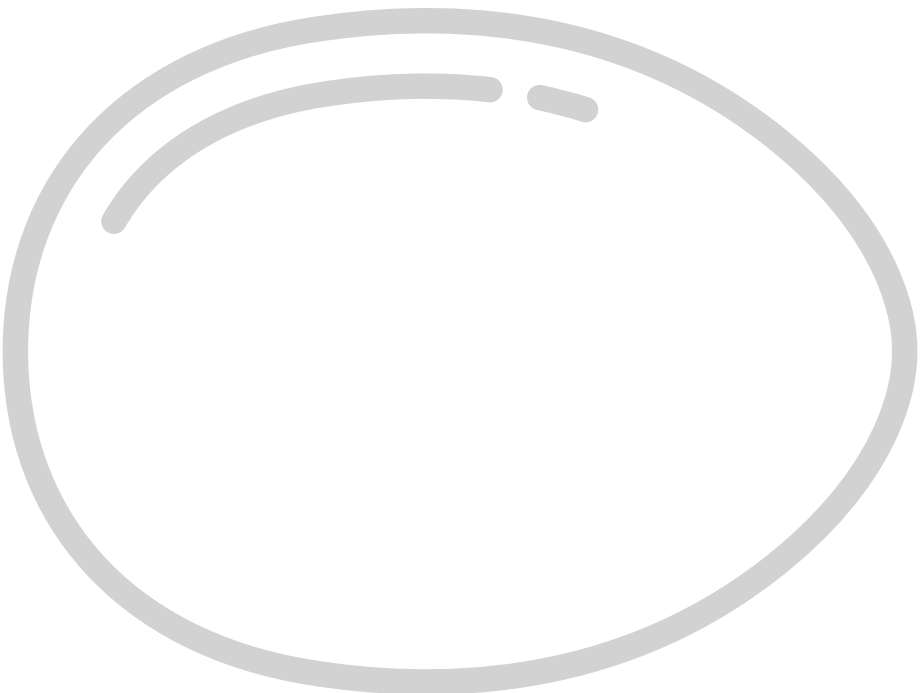




Zondag 12 april



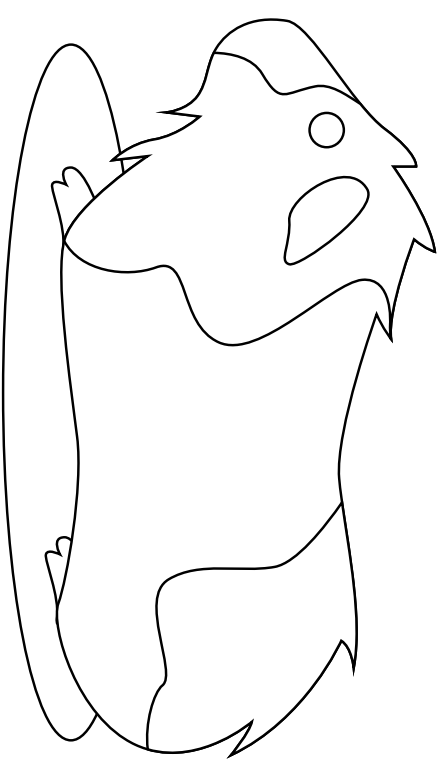
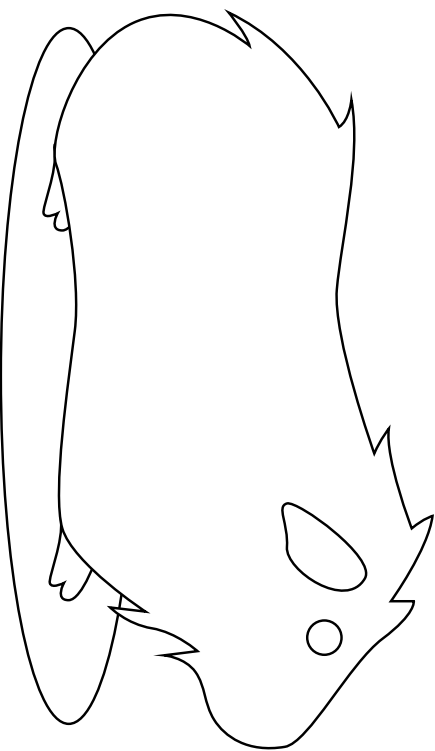
Teken een groot paasei en kleur het helemaal in.



Maandag 13 april



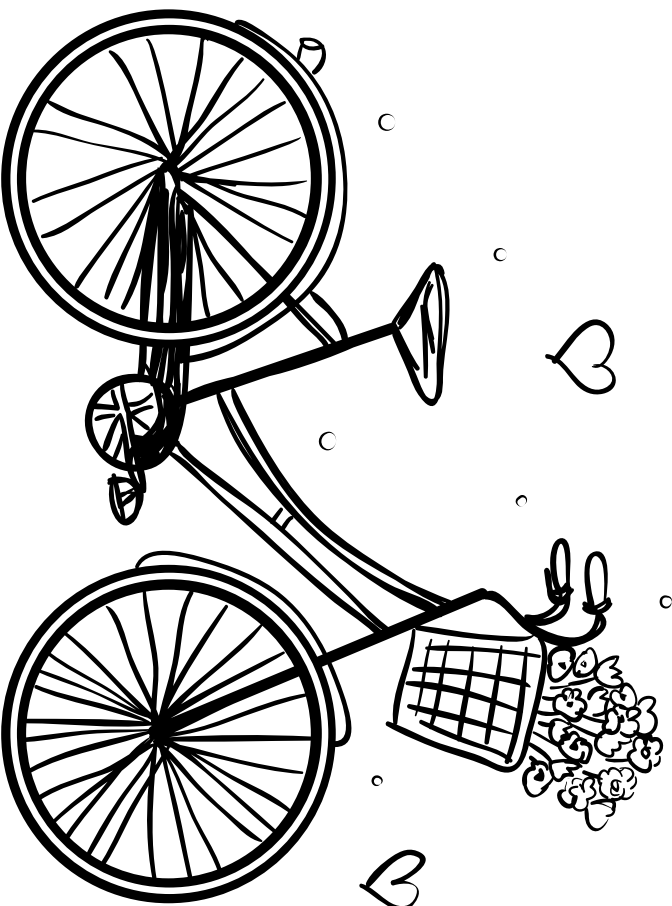
Zing met iedereen in huis – speciaal voor alle hamsteraars – mee met Samson en Gert het liedje 'Op op alles is op'!



Dinsdag 14 april



Maak een ontspannen fietstocht in de buurt. Elke 10' rinkel je met je bel en zeg je 'goeiemorgen/ goeiemiddag/goeiedag' tegen een voorbijganger.



SPORT
@THOMASMORE
SPORTOPLEIDINGEN TURNHOUT

Woensdag 15 april



Teken met stoepkrijt een parcours op de stoep. Wie van jullie kan dit parcours het snelst afleggen? **Extra uitdaging:** leg het parcours elk uur, tussen 12u en 17u, 1x af.



SPORT
@THOMASMORE
SPORTOPLEIDINGEN TURNHOUT



Donderdag 16 april



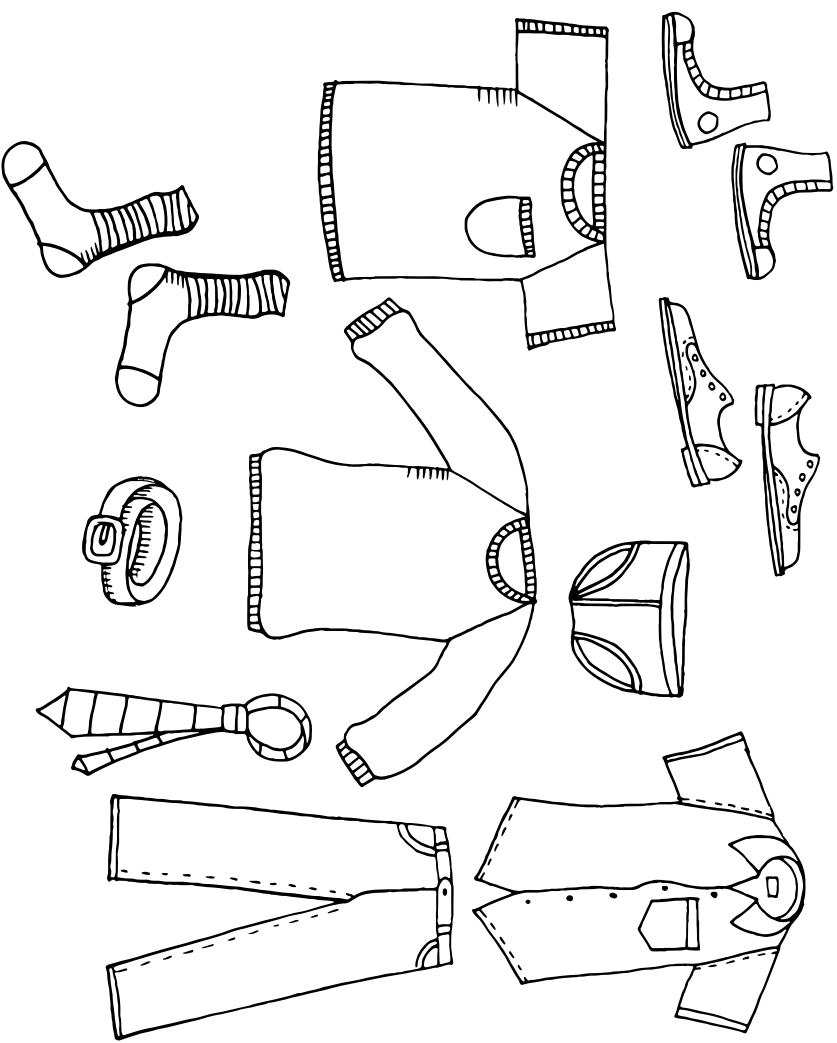
Schrijf een verhaal van minstens 10 regels. Gebruik de woorden: paashaas, frietjes en schommel. Kan jij jouw verhaal opzeggen voor je mama of papa?



Vrijdag 17 april



Doe zo snel mogelijk al je kleren achterstevoren aan.



SPORT

@THOMASMORE

SPORTOPLEIDINGEN TURNHOUT

SPORT

@THOMASMORE

SPORTOPLEIDINGEN TURNHOUT





Zaterdag 18 april



Knip verschillende woorden uit de krant of een boekje. Maak nu een zo lang mogelijke zin.



Zondag 19 april



Teken de grootste regenboog mogelijk.
Hang de regenboog nadien voor het raam.

