

1. Hyvä syöminen tuo senttejä ja voimaa.



- ❖ Hyppikää sivulaukkaa kädet vastakkain seuraavalle rastille.

2. Hyvä syöminen antaa energiaa.



- ❖ Hyppikää seuraavalle rastille pukkiihyppelyä.

3. Hyvä syöminen pitää pöpöt poissa.



❖ **Hyppikää tasajalkaa letkassa seuraavalle rastille.**

4. Hyvä syöminen pitää hammas- peikon poissa.



❖ **Kinkatkaa käsikädessä seuraavalle rastille.**

5. Hyvä syöminen pitää kiukun kaukana.



❖ **Kulkekaa seuraavalle rastille
kottikärrykävelyä.**

6. Hyvä syöminen on nukkumatin kaveri.



- ❖ **Kulkekaa seuraavalle rastille kottikärrykävelyä rooleja vaihtaen.**

7. Hyvä syöminen auttaa keskittymään.



- ❖ **Tanssikaan yhdessä seuraavalle rastille.**

8. Hyvä syöminen: Syödään yhdessä



❖ **Siirtykää seuraavalle rastille kierien käsikädessä.**

9. Hyvä syöminen: Kokkaa itse.



❖ **Siirtykää seuraavalle rastille selät vastakkain käsikynnkää.**

10. Hyvä syöminen antaa maku-elämyksiä.



❖ **Siirtykää seuraavalle rastille takaperin käsikynkkää.**