

De kracht van liggen op de buik

Hoofd

- Minder kans op afplatting van het hoofd

Nek

- Sterke spieren in de nek
- Helpt bij het leren het hoofd optillen

Handen

- Maakt de handen sterker
- Helpt bij het leren speelgoed te pakken

Armen

- Maakt de armen sterker
- Helpt bij het leren kruipen

Benen

- Maakt de benen sterker
- Helpt bij het leren rollen en kruipen

Rug

- Sterkere rugspieren
- Zorgt voor een goede houding

- Blijf er altijd bij
- Speel samen op de grond
- Spelen op de buik is goed, maar slapen moet op de rug

