

Name:

Datum:

Familien-Workout

DEHNE JEDES
BEIN UND ZÄHLE
JEWEILS BIS 15

- rechtes Bein
- linkes Bein



MACHE 10
HAMPELMÄNNER



SPRINGE ÜBER 5
VERSCHIEDENE
GEGENSTÄNDE

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5



SAMMEL
SPIELZEUG VOM
BODEN AUF

_____ Anzahl



SCHLAGE 5
PURZELBÄUME
ODER
RADSCHLÄGE



MACHE EINEN
WANDSITZ UND
ZÄHLE BIS 20

