



Turne deinen Namen



- | | | | |
|----------|---|----------|------------------------------------|
| A | 5 Hampelmänner | N | Anfersen - am Ort |
| B | Armkreisen vorwärts | O | Schlussprünge vorwärts |
| C | Kaffeebohnen-Schritte | P | 8 Kniebeugen |
| D | Side-Steps
(Nachstellschritte seitwärts) | Q | Rückenlage
Fahrradfahren |
| E | Hopserlauf | R | Armkreisen rückwärts |
| F | 5 Hock-Streck-Sprünge | S | Dreierhopp |
| G | Krebsgang | T | Entengang |
| H | Kopfkreisen | U | 5 Liegestütz rücklings |
| I | Schlussprünge seitwärts | V | Kaffeebohnen-Schritte
rückwärts |
| J | Boxen - in die Luft | W | Gehen im Vierfüßergang |
| K | Kniehebelauf - am Ort | X | Springen auf einem Bein |
| L | 5 Liegestütze | Y | Yoga - Baum |
| M | Mühlkreisen Arme | Z | Sitzen an der Wand
ohne Stuhl |