



15 Übungen für Hand und Finger

1. Tippe mit dem rechten Zeigefinger auf den Handrücken der linken Hand.
2. Tippe mit dem rechten Mittelfinger in die Handinnenfläche der linken Hand.
3. Tippe mit dem linken Zeigefinger auf die Handinnenfläche der rechten Hand.
4. Tippe mit dem linken Mittelfinger auf den Handrücken der rechten Hand.
5. Tippe mit dem rechten Zeigefinger alle Finger der linken Hand an.
6. Tippe mit dem linken Zeigefinger alle Finger der rechten Hand an.
7. Der Daumen der rechten und linken Hand berühren sich.
8. Der Zeigefinger der rechten und linken Hand berühren sich.
9. Der Mittelfinger der rechten und linken Hand berühren sich.
10. Der Ringfinger der rechten und linken Hand berühren sich.
11. Der kleine Finger der rechten und linken Hand berühren sich.
12. Alle Fingerkuppen der rechten Hand berühren sich und bilden eine „Krone“.
13. Alle Fingerkuppen der linken Hand berühren sich und bilden eine „Krone“.
14. Alle Fingerkuppen der rechten und linken Hand berühren sich.
15. Daumen und Zeigefinger bilden eine Pinzette, rechte Hand und linke Hand.