

Name: _____

Datum: _____

(Man benötigt ein Sandkissen oder Ähnliches)

Befolge den Anweisungen..

- lege das Sandkissen auf den linken Fuß
- lege das Sandkissen auf die linke Schulter
- lege das Sandkissen auf die rechte Hand
- stehe mit dem linken Fuß auf dem Sandkissen
- werfe das Sandkissen mit der linken Hand in die Luft und fange es mit der rechten Hand wieder auf
- lege das Sandkissen auf das rechte Knie
- setze dich auf einen Stuhl und lege das Sandkissen unter die linke Po-Backe
- hüpfе auf dem linken Fuß und halte dabei das Sandkissen in der rechten Hand
- lege das Sandkissen auf die rechte Schulter