

Körperübungen

Steh auf. Ich gebe dir Anweisungen. Versuche sie richtig auszuführen.

1. Steh auf.
2. Hebe deine rechte Hand.
3. Führe die rechte Hand ans linke Ohr.
4. Berühre mit deinem linken Fuß dein rechtes Knie.
5. Drehe dich rechts herum einmal im Kreis.
6. Lege deine linke Hand über dein linkes Auge.
7. Drehe deinen Kopf nach rechts.
8. Steh auf dem linken Fuß und gib deine rechte Hand an deine Hüfte.
9. Dreh dich links herum dreimal im Kreis.
10. Hüpfе fünf mal auf dem rechten Fuß.
11. Tippe dir mit der rechten und linken Hand abwechselnd drei Mal an die Nase.

