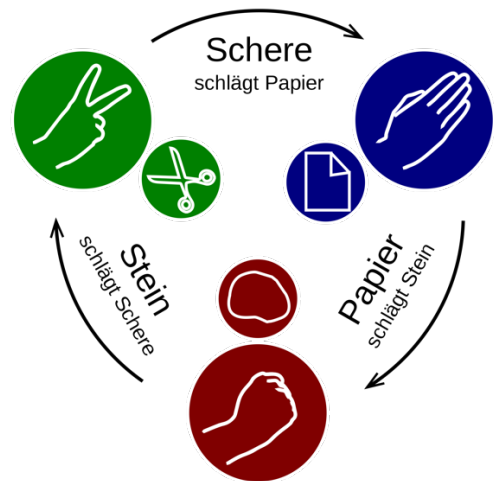




# SCHERE-STEIN-PAPIER



Spiele mit deinen Eltern oder Geschwister 10 Runden «Schere-Stein-Papier».  
Der Verlierer der Runde macht immer die jeweilige Übung.  
Viel Spass dabei!



- 1 Mache 10 Hampelmänner \_\_\_\_\_
- 2 Balanciere für 10 Sek. auf einem Bein \_\_\_\_\_
- 3 Springe 5 x hoch in die Luft \_\_\_\_\_
- 4 Mache 5 Froschhüpfer \_\_\_\_\_
- 5 Mache einen Purzelbaum \_\_\_\_\_
- 6 Springe je 10 x auf dem rechten und auf dem linken Bein \_\_\_\_\_
- 7 Balanciere für 10 Sek. ein Buch auf dem Kopf \_\_\_\_\_
- 8 Renne für 20 Sek. auf der Stelle \_\_\_\_\_
- 9 Stehe für 10 Sek. auf die Zehenspitzen \_\_\_\_\_
- 10 Kreise 6 x den rechten Arm und 6 x den linken Arm \_\_\_\_\_