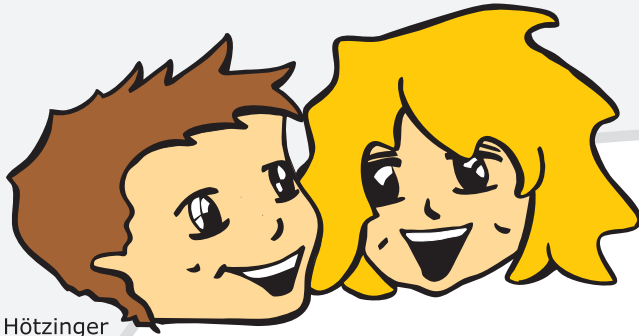


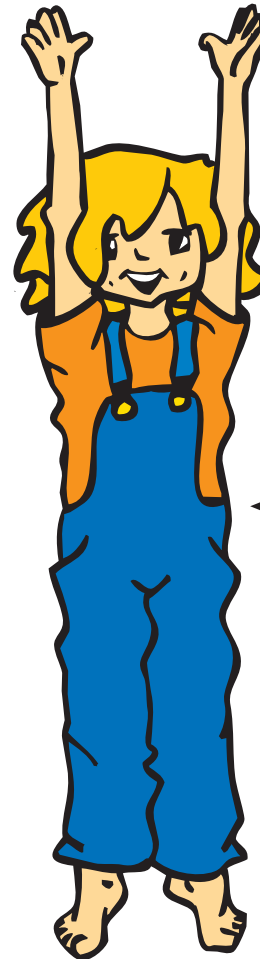
Mach mit - Bewegung hält fit!

Blatt Nr.2/1



©h. Hötzing

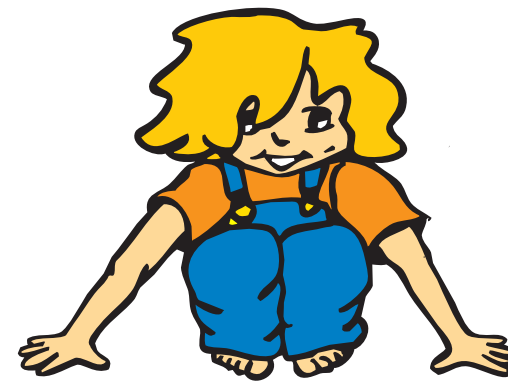
Stell dich auf die Zehenspitzen, streck die Arme über deinen Kopf und mach dich ganz groß, dann geh in die Hocke und mach dich ganz klein!



Riese

Zwerg

Bauch und Po anspannen!



BEWEGLICHKEIT