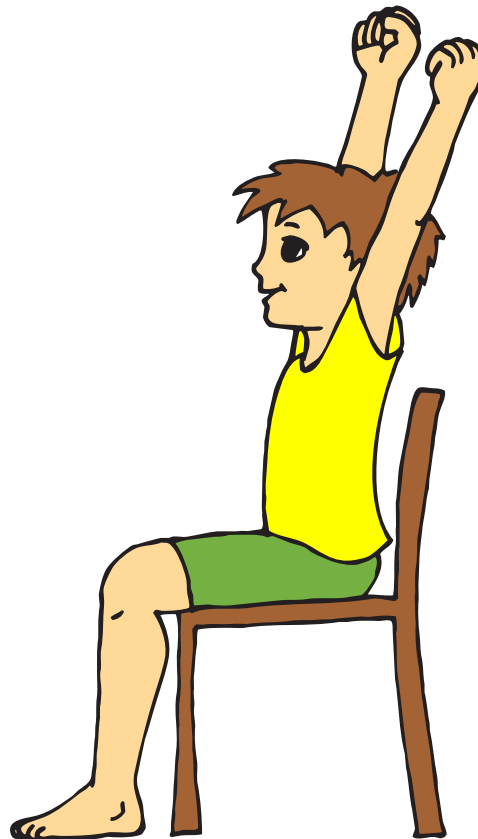


©h. Hötzing



Großes V

Setz dich aufrecht
hin, führ die
gestreckten Arme
wie ein großes V
nach hinten.
Wiederhole die
Übung 10-mal!



BEWEGLICHKEIT