

BAGGERN



- Finger übereinander
- Handflächen nebeneinander
- Hände schließen
- Daumen parallel

- Arme gestreckt
- Schultern vorn
- Ball auf den Unterarmen treffen



- Ganzkörperbewegung aus Beinen und Armen
- Bewegung nach vorn und oben

Abschlussbild:
Arme zeigen unterhalb des Kopfes gestreckt zum Ziel, Oberkörper nach vorn gebeugt



BIST DU BEREIT?

