



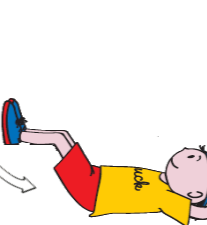










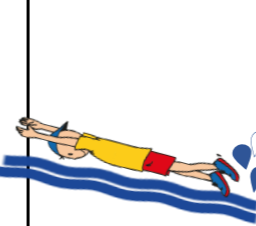








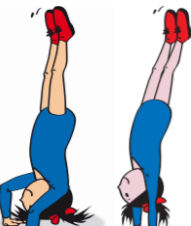



KinderturnABC

A		B		C		D		E		F	
Mache einen Purzelbaum.		Zeige einen Hampelmann.		Springe in die Luft.		Klettere über einen Stuhl.		Lege dich auf den Rücken und fahre Rad.		Ferse beim Laufen die Füße an.	
G		H		I		J		K		L	
Balanciere einen Gegenstand auf den Kopf.		Hüpfte wie ein Frosch.		Krabble einen großen Kreis.		Laufe im Spinnengang.		Prelle einen Ball.		Freeze: Tanze zu Musik und erstarre, wenn sie ausgeht.	
M		N		O		P		Q		R	
Krieche unterm Tisch hindurch.		Springe über einen Gegenstand.		Wirf einen Ball in die Luft und fange ihn wieder auf.		Lege dich auf den Bauch und schwimme.		Turne ein Rad.		Stelle dich auf ein Bein und halte die Balance.	
S		T		U		V		W		X	
Balanciere über eine Linie, Seil...		Dreh dich im Kreis.		Springe so weit du kannst.		Tanze den V-Step.		Laufe 10 Sekunden im Kniehelauf.		Fliege durch den Raum, wie ein Flugzeug.	
Y		Z									
Mache einen Hand- oder Kopfstand.		Suche dir ein Ziel und wirf es mit einem Zeitungsball ab.									