

Strafkarten



| | | | |
|---|--|---|---|
| <p>Laufe 5 Mal im Pferdchengalopp um die Gruppe und klatsche dabei über dem Kopf!</p> | <p>Mache 5 Hampelmänner und 5 Kniebeugen!</p> | <p>Laufe 5 Mal rückwärts um die Gruppe!</p> | <p>Mache 10 Hampelmänner!</p> |
| <p>Laufe im Spinnengang 4 Mal von einem Ende des Raumes zum anderen! Der Po darf den Fußboden nicht berühren!</p> | <p>Mache 5 Froschsprünge!</p> | <p>Hüpfe auf einem Bein einmal um die Gruppe!</p> | <p>Laufe 5 Mal um die Gruppe herum!</p> |
| <p>Mache 8 Liegestütze!</p> | <p>Gehe 4 Mal von einem Ende des Raumes zum anderen im Vierfüßbergang! Die Knie dürfen den Boden nicht berühren!</p> | <p>Mache 5 Liegestütze!</p> | <p>Mache 10 Kniebeugen!</p> |