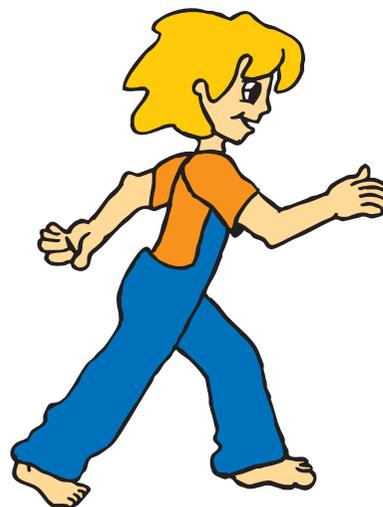


Skilangläufer

Spring in Schrittstellung
abwechselnd mit dem
rechten und linken Fuß
nach vorne!



GESCHICKLICHKEIT



Schwing deine
Arme in die
entgegen
gesetzte
Richtung!

