

Mach mit - Bewegung hält fit!

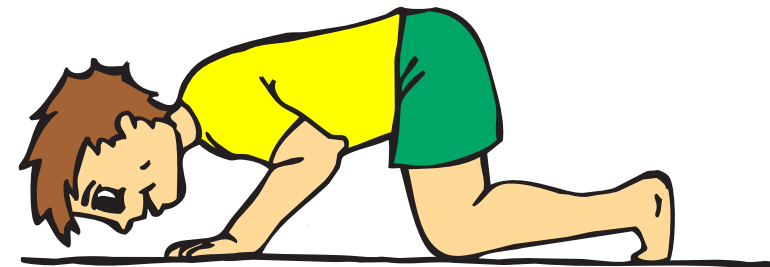
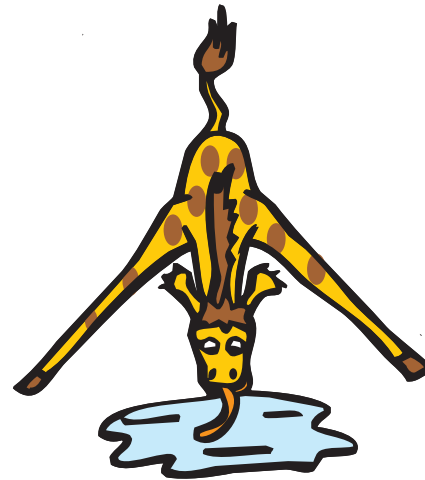
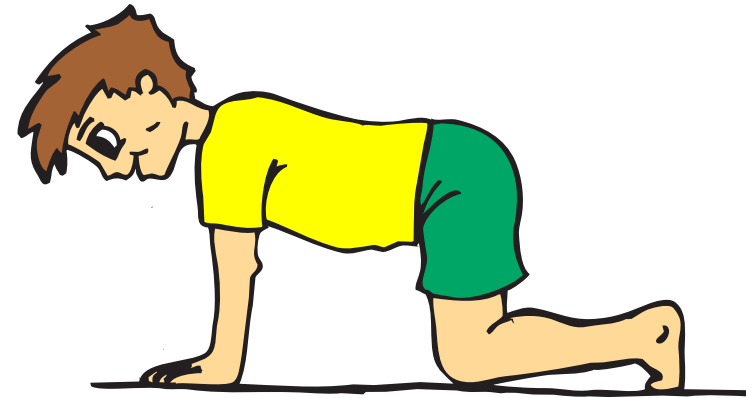
Blatt Nr.6/2

Wassertrinker

Geh in den Knieliegestütz.
Führ deine Nasenspitze
knapp bis zum Boden und
streck danach wieder
deine Arme!



©h. Hötzing



KRAFT