



Bewegtes Frühlingsbild

Für jede Farbe gibt es eine Aufgabe. Sobald du diese Farbe verwendest, machst du eine Aufgabe. Zum Beispiel: Du benutzt die Farbe Gelb, dann machst du dazu auch 5 Purzelbäume. Viel Spaß!

1 Gelb	2 Hautfarbe	3 Rot
Mache 5 Purzelbäume	Lege dich auf den Rücken und fahre Rad 	Mache 10x einen Hampelmann 
4 Orange	5 Blau	6 Grün
Mache 5 Liegestütze 	Lehne dich an die Wand und gehe in die Hocke. Zähle dabei bis 30 	Mache 15x Kniebeugen 
7 Braun	8 Schwarz	9 Rosa
Springe 10x auf dem rechten Bein	Mache 15x Sit ups 	Laufe drei Minuten Slalom um aufgestellte Wasserflaschen