

# Adventskalender Kinderturnen

Türchen 17: 17. Dezember



## **Die Affen laufen durch die Wohnung und pflücken Äpfel**

Lauft durch die Wohnung und streckt Euch ganz hoch als ob ihr an die Decke greifen wollt. Dabei zieht ihr abwechselnd den linken und den rechten Arm ganz hoch und geht auch noch auf die Fußspitzen. Habt ihr den Apfel erreicht?

Laufe eine halbe Minute, mache ein kurze Pause und dann abermals eine halbe Minute laufen. Du solltest das Ganze mindestens 3 mal wiederholen, wenn du es 5 mal machst um so besser.

<https://www.youtube.com/watch?v=TFna6PJII6Q>