

Adventskalender Kinderturnen

Türchen 22: 22. Dezember

Wir fliegen



Stelle dich hin und strecke die Arme zur Seite aus, sie sind die Flügel eines Flugzeuges, dein Körper ist der Rumpf und deine Beine sind die Räder des Flugzeugs. Setze dich nun in Bewegung und laufe wie ein Flugzeug durch die Wohnung. Dabei schwankst du mit den Flügeln auf und ab indem du deinen Rumpf in der Hüfte abwinkelst und hin und her bewegst.

Laufe etwa eine Minute und neige dabei immer wieder deinen Rumpf zur Seite, so dass sich die Flügel auf und ab bewegen.