

Adventskalender

Tür 7



Die heutige Bewegung ist:

V O R W Ä R T S R O L L E
45 31 50



Am einfachsten ist der Start aus der Hocke. Das Kinn legst du auf die Brust und rollst als kleines Päckchen in den Sitz.

Unsere kleine Leistungsturnerin zeigt euch im Video eine Rolle vorwärts in den Stand.

<https://www.youtube.com/watch?v=80fmtGGzMYk>