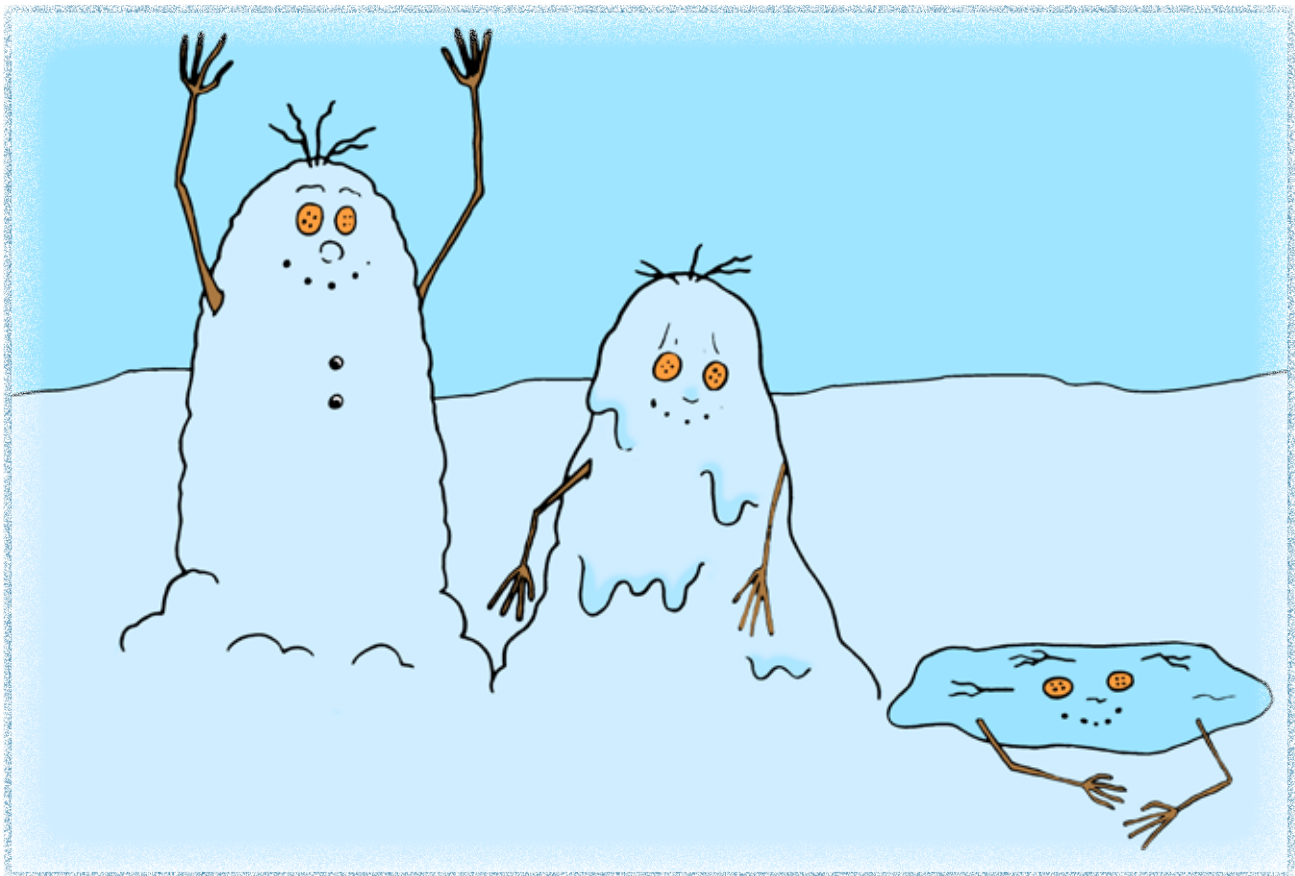


Probier doch mal!

Spiel Schmelzen

- >> Stell dich hin.
- >> Mach dich so groß wie möglich. Du bist ein Schneemann.



- >> Dann beginnst Du zu schmelzen.
- >> Von oben nach unten. Ganz langsam.
- >> Erst der Kopf, dann die Schultern, die Arme, Po und Beine, bis Du am Boden liegst und geschmolzen bist.
- >> Entspann dich. Ruh dich eine Weile aus.
- >> Dann kommst du langsam wieder hoch.
- >> Jetzt bist du fit für den Tag!