

Rollen

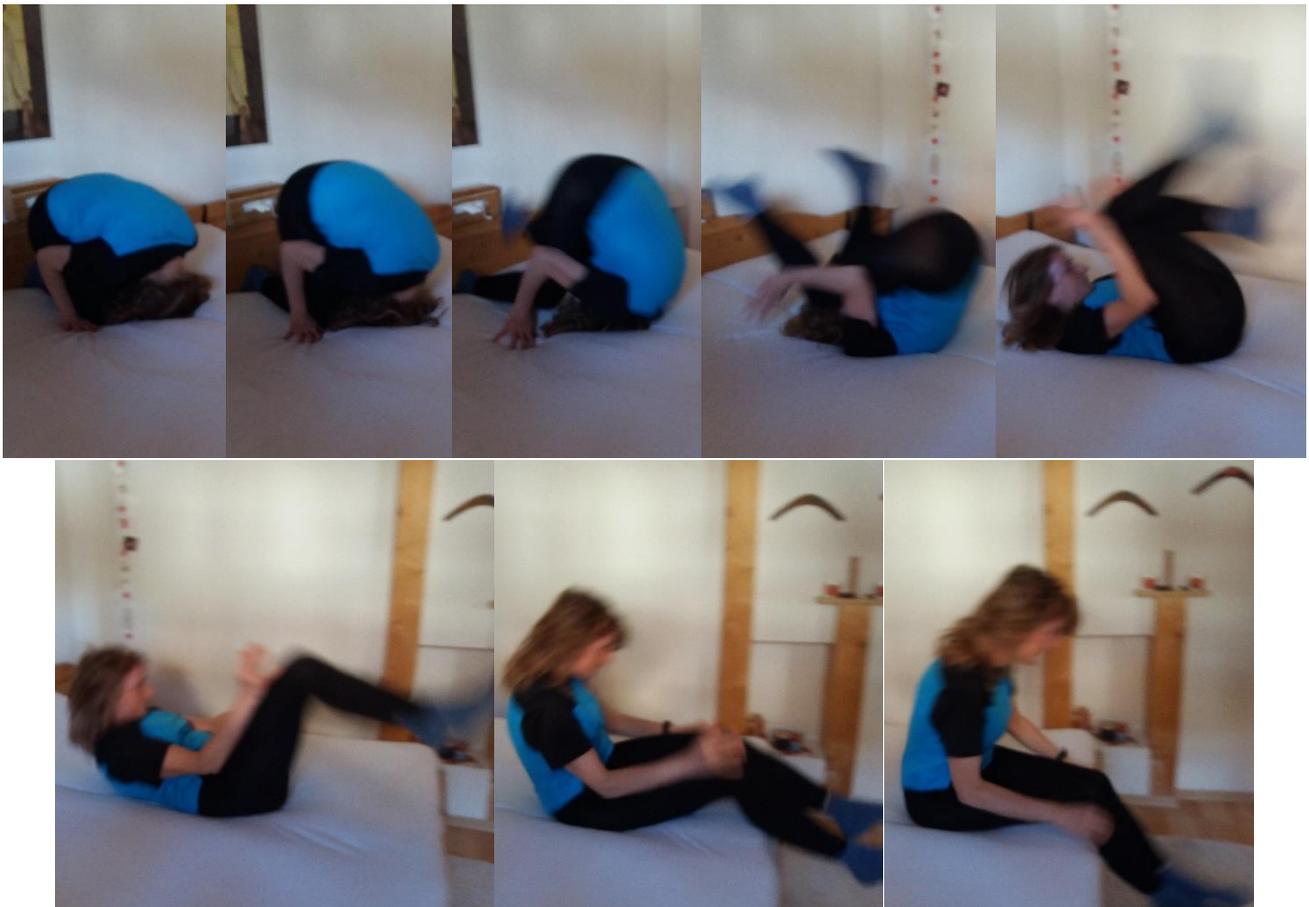
Baumstammrolle

Wer kann von der Bauchlage zur Rückenlage und umgekehrt rollen? Probiere es ganz langsam und gestreckt.



Purzelbaum

Versucht auf einer dickeren Matte oder auf dem Bett ein Rolle vorwärts zu machen. Wem gelingt es?



Wer getraut sich in der nächsten Schwimmstunde vom Rand ins Wasser zu rollen?