

## **Bewegungswürfelspiel Fitkids light**

Würfeln, je nach gewürfelter Zahl Bewegungsaufgabe durchführen, anschließend den entsprechenden Würfel auf dem beiliegenden Vordruck durchstreichen, bis alle Würfel ausgeführt worden sind. Wenn mehrere Personen mitmachen, kann man das Spiel auch um die Wette machen. Wer am schnellsten alle Würfel durchgestrichen hat, hat gewonnen!

### **Würfelzahl:**

### **Bewegungsaufgaben:**

1	10 X Hampelmann
2	Sprint auf der Stelle und bis 10 zählen
3	8 X Froschsprünge
4	6 X Wippe seitlich auf dem Boden
5	10 X Hüpfen (5x auf dem linken Bein, 5x auf dem rechten Bein)
6	Unterarmstütz auf dem Boden und bis 20 zählen