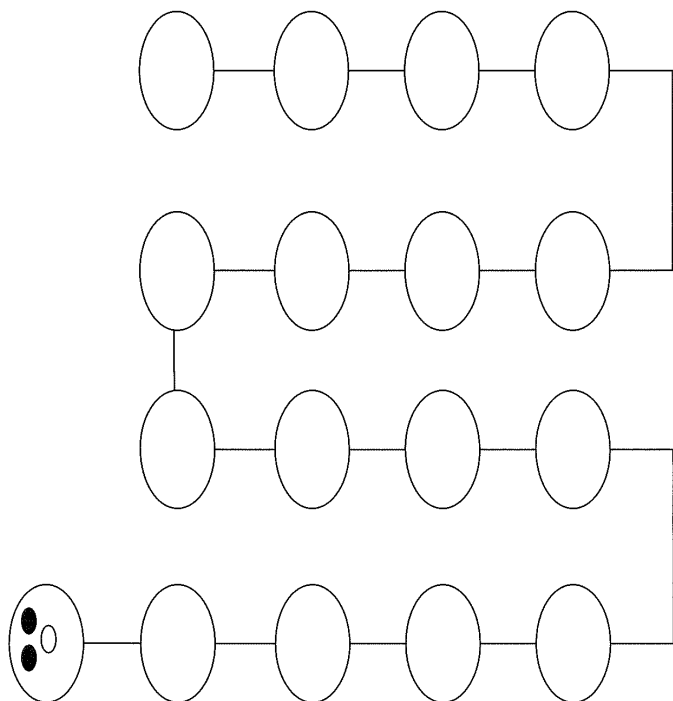




### Tausendfüßler-Hüpfen

Start: Kopffeld unten links



Die Kinder hüpfen durch den Tausendfüßler mit geschlossenen Beinen. Dabei springen sie zunächst vier Seitwärtssprünge nach rechts, einen Sprung nach vorne, vier Seitwärtssprünge nach links und einen Sprung nach vorne. Jetzt drehen sie sich in der Luft bei jedem der folgenden vier Sprünge um ein Viertel nach rechts im Uhrzeigersinn, so dass sie im letzten Feld der Reihe 3 wieder in der Ausgangsposition stehen. Es folgt

ein Sprung nach vorne und vier Sprünge mit jeweils einer Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn. Die Kinder können zügig hintereinander starten.

#### Variation

Die ersten beiden Reihen werden auf einem Bein gesprungen und in den letzten beiden Reihen versuchen die Kinder bei jedem Sprung eine halbe Drehung.

Der Schwierigkeitsgrad der ersten beiden Reihen kann nochmals erhöht werden, wenn die erste Reihe auf dem linken Bein und die zweite Reihe auf dem rechten Bein gesprungen werden muss.