



1. In der rechten Faust zerknüllen



2. Mit beiden Händen glattstreichen



3. In der linken Faust zerknüllen



4. Mit beiden Händen glattstreichen



5. Mit einer Faust zerknüllen



6. Kugel auf dem Arm auf und ab rollen, Handwechsel



7. Kugel auf den Beinen auf und ab rollen, Handwechsel



8. Mit beiden Händen glattstreichen



9. Streifen reissen



10. Stücke reissen



11. Kügelchen formen



12. Mit Zeigfinger spicken (evtl. Ziel basteln)

