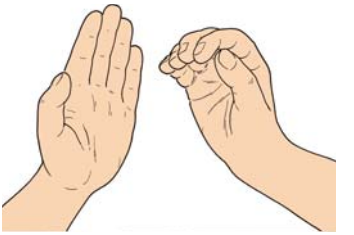
aus: Scharff, Fußgymnastik mit Kindern (ISBN 978-3-8304-3402-5) ©2007 Trias Verlag

Wir fangen an

aus: Scharll, Fußgymnastik mit Kindern (ISBN 978-3-8304-3402-3) ©2007 Trias Verlag

Wichtig zu wissen



Natürliche Beweglichkeit

➜ Die Handfläche vertieft sich zur Höhlung, wenn die Finger kräftig zufassen.

aus: Scharll, Fußgymnastik mit Kindern (ISBN 978-3-8304-3402-3) ©2007 Trias Verlag

Natürliche Beweglichkeit

➜ Führen die Zehen eine Art Greiftätigkeit aus, so verkürzen sich die Sohlenmuskeln und spannen dadurch das Fußgewölbe.

aus: Scharll, Fußgymnastik mit Kindern (ISBN 978-3-8304-3402-3) ©2007 Trias Verlag