

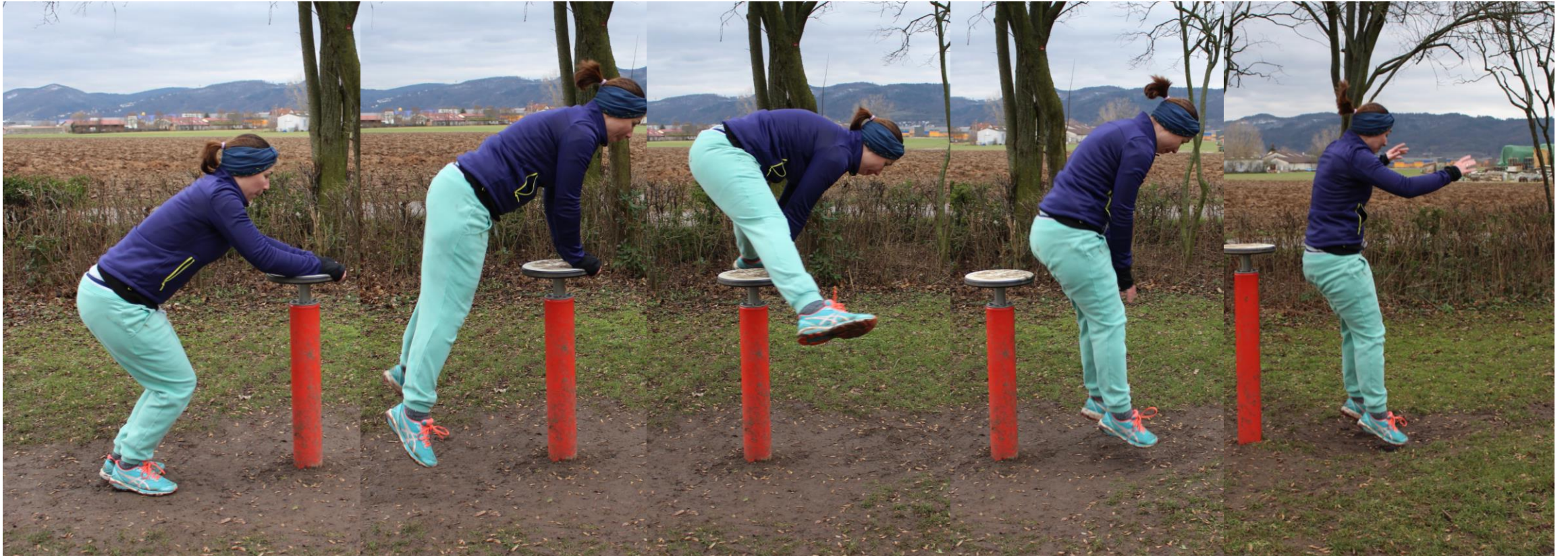
# Bewegungsanregungen am Trimm-Dich-Pfad in Heddesheim

## 8. Böcke





# Grätschsprung



Achtet auf einen kräftigen Abdruck der Hände vom Bock (schiebt ihn zwischen euren Beinen nach hinten), damit die Landung klappt.