

Mümmelchens Osterhasentraining

Hilf Mümmelchen für die Ostersaison fit zu werden und absolviere die folgenden Übungen mit ihm.

10 x um den Wohnzimmertisch laufen

10 x Armkreisen nach vorne

10 x Armkreisen nach hinten

10 x unterm Küchentisch durchkrabbeln

10 x Kniebeugen

10 x Liegestütz

10 x Hockstrecksprünge

10 x Sit-Ups

10 x auf dem linken Bein hüpfen

10 x auf dem rechten Bein hüpfen