

START

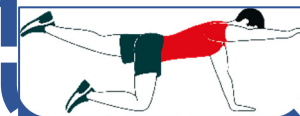
01:20

20:20

08:45

11:03

Bird - dog
10 Übungen – pro Seite



trine-evald.dk

"dieDigitaleUhr01.pdf"

08:20

09:55

21:00

09:13

ZIEL

Die Digitale Uhr 01

2-3 Spieler. Die analoge Uhr sagen – hilf einander.

Wer löst das neste Feld?
Brauch Schere-Stein-Papier
oder ein Würfel.

Jedes Feld ist nur einmal
gelöst.

Alle Mitspieler machen
die „Fitness-aufgaben“.

Wer gewinnt? Machen sie
bitte eigene Regeln.

Viel Spaß.

Hilfskiste:

"Wie spät ist es?"

"Es ist 15 Uhr 30" (15:30), "Es ist 12 Uhr 50" (12:50),

"Es ist 4 Uhr 15" (4:15), "Es ist 4 Uhr 45" (4:45),

"Es ist 22 Uhr 5" (22:05), "Es ist 22 Uhr 55" (22:55).

03:10



"Wall sit"

15 Sekunden

16:30

15:15

14:40

09:20

02:50

10:10

17:45

21:15

21:35