



Strumpf ausziehen

- **Ziel** Verbesserung der Fußkoordination
- **Durchführung** Zieh dir einen Strumpf von Mama an einen Fuß an. Mit dem anderen Fuß versuchst du, ihn ausziehen. Setze dabei vor allem deine Großzehe ein!
- **Steigerung & Variante**

Ziehe einen eigenen (engeren) Strumpf an!

Ziehe den Strumpf 2-mal mit jedem Fuß aus!