

# Gleichgewichtszirkel

5. Seitarmstütz (li.)



4. Sprünge



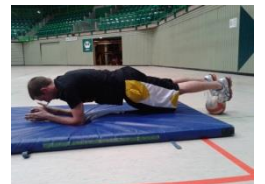
3. Seitarmstütz (re.)



2. Mattenkampf



1. Unterarmstütz



10. Balancieren mit Ball



9. Liegestütz



8. Balance-Board



7. Schulterstütz



6. Balancieren



<http://www.circuit-training-dehnen-dr-klée.de/index.php/2013-02-14-16-18-19/ss-2014>

Simon Göhler  
Philipp Elsenpeter

Tür