

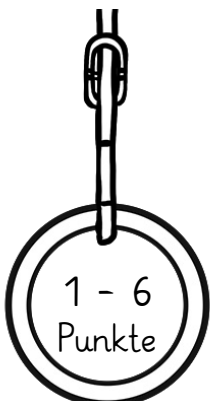
# ✓ CHECK

für deinen Start mit  **DIE RINGE**  
KIDS

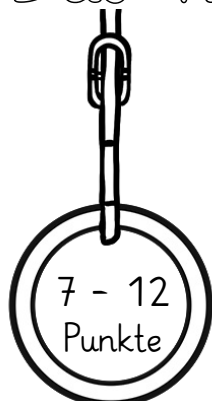
Damit du viel Spaß mit unserem Die Ringe Kids - Programm hast, schauen wir einmal was du schon alles kannst! Unsere Übungen haben wir dir in unserem Video "Die Ringe Kids - Check" erklärt. Je nachdem wie einfach dir die Übung fällt, darfst du ein Kreuz in der jeweiligen Spalte machen. Am Ende kannst du all deine Punkte zusammenzählen. Unten in der Übersicht siehst du dann, ob du bereits der König oder die Königin der Ringe bist. Viel Spaß!

Übungen	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	4 Punkte	5 Punkte
Ich kann ... wie ein Faultier hängen.	3 Sek. <input type="checkbox"/>	5 Sek. <input type="checkbox"/>	10 Sek. <input type="checkbox"/>	20 Sek. <input type="checkbox"/>	30 Sek. <input type="checkbox"/>
Ich kann ... wie ein Affe klammern.	3 Sek. <input type="checkbox"/>	5 Sek. <input type="checkbox"/>	10 Sek. <input type="checkbox"/>	20 Sek. <input type="checkbox"/>	30 Sek. <input type="checkbox"/>
Ich kann ... wie eine Fledermaus hängen.	mit Hilfe - stellung <input type="checkbox"/>	vom Stuhl aus <input type="checkbox"/>	aus dem Sprung <input type="checkbox"/>	ohne Boden - berührung <input type="checkbox"/>	mit gestreckten Armen <input type="checkbox"/>
Ich kann ... wie Tarzan schwingen.	1 mal <input type="checkbox"/>	2 mal <input type="checkbox"/>	3 mal <input type="checkbox"/>	4 mal <input type="checkbox"/>	5 mal <input type="checkbox"/>
Ich kann ... wie ein Leopard schleichen.	1 mal <input type="checkbox"/>	3 mal <input type="checkbox"/>	7 mal <input type="checkbox"/>	10 mal <input type="checkbox"/>	20 mal <input type="checkbox"/>
Ich kann mich ... wie eine Raupe zusammenziehen.	1 mal <input type="checkbox"/>	3 mal <input type="checkbox"/>	7 mal <input type="checkbox"/>	10 mal <input type="checkbox"/>	20 mal <input type="checkbox"/>

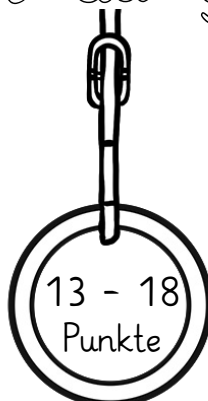
Das hast du geschafft:



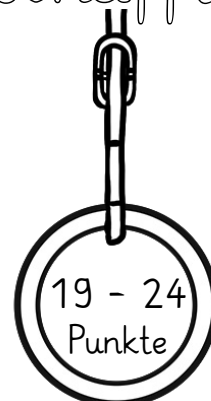
Das hast du wirklich gut gemeistert!



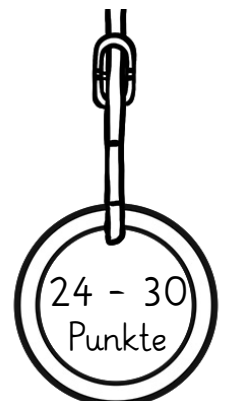
Super, weiter so!



Du warst spitze!



Du wirst ein richtiger Profi!



Du bist der König oder die Königin der Ringe!