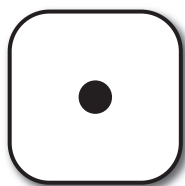
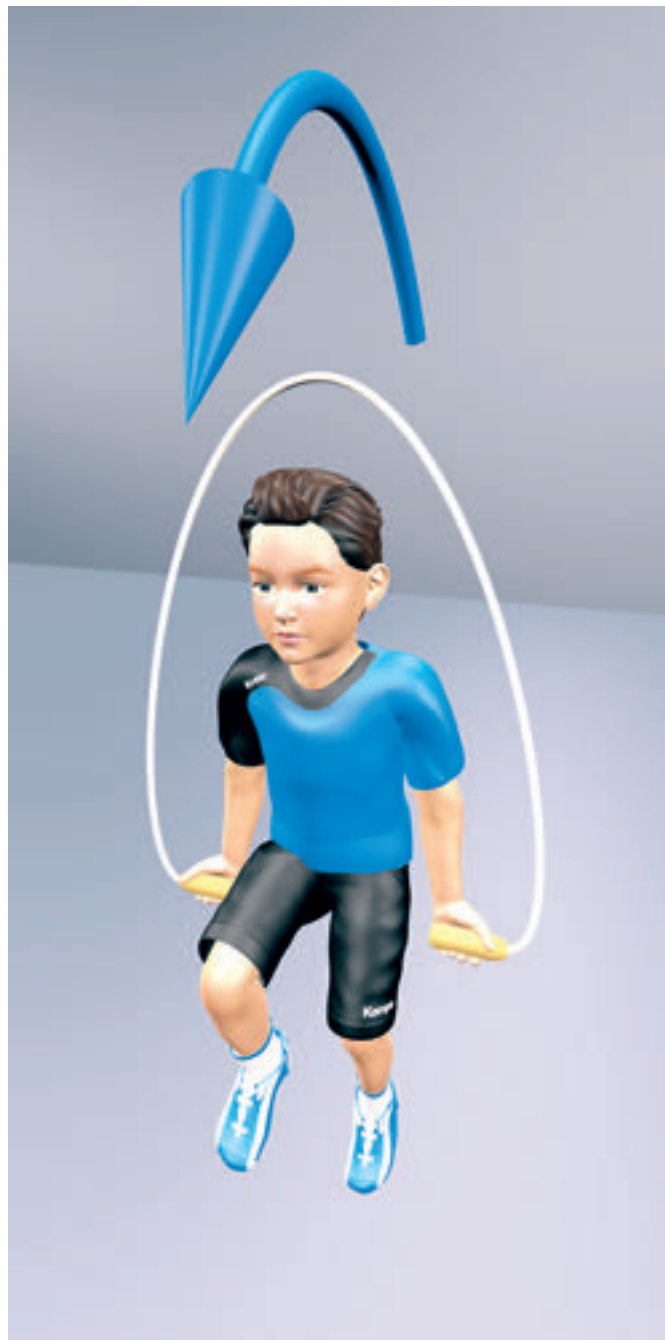
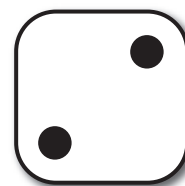


STATIONSKARTEN SEILSPRINGEN

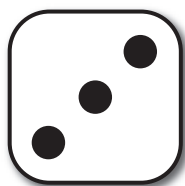


Zehn **Schlussprünge**,
das Seil wird
vorwärts geschlagen.

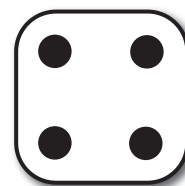


Zehn „**Pferdchensprünge**“,
das Seil wird
vorwärts geschlagen.

STATIONSKARTEN SEILSPRINGEN

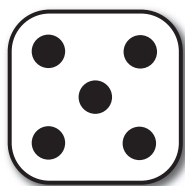


Zehn **Schluss**sprünge,
das Seil wird
rückwärts geschlagen.

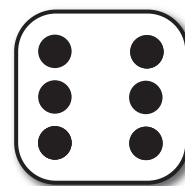


Zehn **Sprünge** auf einem Bein,
das Seil wird
vorwärts geschlagen.

STATIONSKARTEN SEILSPRINGEN



Zehn Sprünge auf einem Bein,
das Seil wird
rückwärts geschlagen.



Zehn Sprünge,
das Seil wird
über Kreuz geschlagen.