


Wählt zwei Personen für diese Aufgabe aus.

Von beiden Personen dürfen nur die Unterschenkel,  und Füße den Boden berühren. Der Rest des Körpers ist aufrecht.

Ihr dürft euch nicht anschauen. Im Gegenteil. Person 1 und Person 2 drehen den Rücken zueinander.

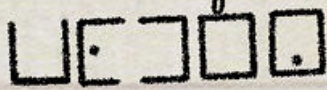
Ihr seid so eng beieinander, dass sich die Füße von Person 1 an den Knien von Person 2 befinden und andersherum. Person 1 berührt die beiden Knie von Person 2 außen. Person 2 berührt die beiden Knie von Person 1 innen.

Hebt eure Arme hoch in die Luft. Sie berühren seitlich eure Ohren.

Jetzt den  zu 90 Grad nach hinten einknicken, sodass ein rechter Winkel entsteht.

Was habt ihr nun in den Händen? Genau. Die Hände der jeweils anderen Person.

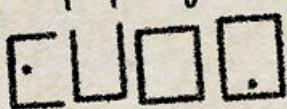
Die Person mit Smartphone stellt sich vor Person 1 und Person 2, sodass sie beide Personen von der Seite sieht und schießt ein Foto.

Für diese Aufgabe benötigt ihr zwei Personen. Person 1 sitzt auf dem  Die Beine sind zusammen und gerade nach vorne gestreckt. Die Fußspitzen zeigen nach oben.

Der Oberkörper ist leicht nach vorne gebeugt. Der Blick geht geradeaus zu den Füßen. Die Arme von Person 1 befinden sich ganz eng am Oberkörper. Die Handinnenflächen sind direkt neben dem Po aufgestellt. Sie berühren den Boden.

Person 2 befindet sich direkt neben Person 1, blickt jedoch in die entgegengesetzte Richtung.

Person 2 steht gerade und legt Füße, Unterschenkel und Knie parallel am Boden ab. Der Rest des Körpers bleibt aufrecht. Die Knie von Person 2 befinden sich auf der Höhe von der Hüfte von Person 1.

Die Arme von Person 2 sind so geformt, als würde sie gerade mit einem Kopfsprung ins Wasser springen: Die Arme sind parallel nach  gestreckt und die Fingerspitzen zeigen leicht zum Boden.

Der Oberkörper von Person 2 ist leicht nach hinten gebeugt, sodass er auf einer Linie mit dem Oberkörper von Person 1 ist.

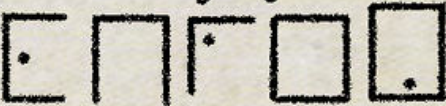
Die Person mit Smartphone steht vor Person 1 und sieht beide Personen von der Seite. Schnappschuss!

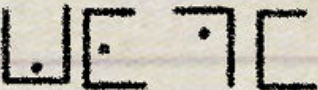
Es wird eine Person benötigt.

Die Person 1 steht aufrecht mit beiden Füßen auf dem Boden. Die Füße stehen parallel und berühren sich.

Die Knie sind durchgestreckt und dein Rücken ist gerade.

Die Hände sind ineinander verschränkt und liegen bequem in deinem Nacken.

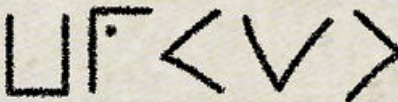
Die Ellenbogen gehen aufeinander zu, sodass die Unterarme die  berühren.

Der  ist leicht nach vorne gebeugt.

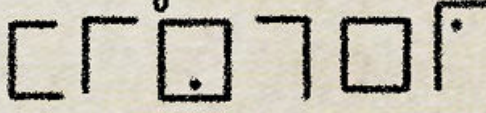
Jetzt ist Zeit für ein Foto: Die Person mit Smartphone stellt sich seitlich neben Person 1. Schnappschuss!

Es wird eine Person benötigt.

Die Person | steht aufrecht mit beiden Füßen auf dem Boden. Die Füße stehen parallel und berühren sich.

Die Person versucht das Kinn so nah wie möglich an seine  zu bringen. Der Blick geht Richtung Boden.

Die Schultern werden bis zu den Ohren hochgezogen.

Die Arme sind nach vorne ausgestreckt und stehen im rechten Winkel vor dem Körper ab. Die  befinden sich parallel zu den Füßen.

Die Knie leicht beugen und den Oberkörper etwas nach hinten lehnen.

Schnell! Jetzt ist Zeit für ein Foto! Die Person mit Smartphone stellt sich seitlich neben die Person. Schnappschuss!