

Let's keep fit



T.+M.: L. Maierhofer



Ref.: Hey, hey, hey!
(3x klatschen)

Let's keep fit!
(abgewinkelte Hände
3x nach oben strecken)

La la la la la la la, und
(Jogging-Bewegung – lockeres Laufen am Platz)



al - le ma - chen mit! Ja ja ja!

al - le ma - chen mit! (klatschen)



- Solo (ausrufend)
1. Hebt eu - re Schul - tern!
 2. Springt in die Grät - sche!
 3. Wippt mit den Hüf - ten!
 4. Spreizt eu - re Fin - ger!
 5. Beugt eu - re Knie! _____

(instrumental / klatschen)



1.-5. Eins, zwei, drei, vier, fünf, sechs, sie - ben, das ist für al - le, die Be - we - gung lie - ben!

(alle führen die rhythmisch-gymnastische Bewegung aus, die vor **B** von der Solostimme angesagt wird)

© Helbling



Erfindet weitere Bewegungsstrophen.