



Entfesselung

Ihr braucht: einen Reifen und eine Schnur

1. Wickelt das Seil um eine Hand und gebt den Reifen über eure andere Hand.



2. Überkreuzt die Enden des Seils.





6. Wenn ihr die Arme unter dem Tuch dreht, könnt ihr aus den Seilen herausschlüpfen und den Reifen loslassen. Dann schlüpft ihr wieder in die Schlaufe.





