



Spiele jede Zeile 4x, zwischen jeder Nr. erfolgt ein Einzähler.

Play each row 4 times. There is a count in after each exercise.

01

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4

02

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4

03

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4

04

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4

05

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4

06

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4