

Bewegungssnack 4

Rätsel dich fit!

So funktioniert: Du magst spielerische Herausforderungen? Löse dieses Sudoku, und zwar Schritt für Schritt: Jede einzelne ausgeknobelte Zahl bestimmt die Anzahl Liegestützen gegen eine Wand, die du zwischendurch machst. Mach solange weiter, wie du Liegestützen schaffst, und fahre am nächsten Tag fort.

Damit machst du 5 Liegestützen gegen eine Wand.



7	9			5	8	2		
		4	6		7		5	8
5		3			2	6	7	
	4		2	7		5		6
	3	9	5			1	8	
6	7			1	9			2
9			7		1			4
	6	8			5	7		
3		7	4	8			2	5