



Bleibe solange in diesem Asana, in dieser Position, wie du kannst- stell dir dabei vor, du saust mit deinem Schlitten den Hügel hinunter und lachst, weil du so viel Spaß dabei hast und singst fröhlich dieses Lied!!

Jingle bells (Melodie)

Auf zur Schlittenfahrt durch den winterlichen Wald, alles ist verschneit, das ist uns're Zeit. Glöckchen klingen hell, hört nur, wie es schallt, gar fröhlich klingt das Schlittenlied im winterlichen Wald.

Refr.: Freuet euch, freuet euch, ist auch noch so kalt, herrlich ist die Winterzeit, so klingt es durch den Wald.

Freuet euch, freuet euch, freut euch jung und alt, herrlich ist die Winterzeit in dem winterlichen Wald

Schneeballschlacht, juchhe, ,s gibt endlich wieder Schnee, alles ist verschneit, das ist uns're Zeit.

Holt die Schlitten raus, traut euch aus dem Haus, nun spannt den Pferdeschlitten ein und stimmt gleich alle ein!

Refr.: Freuet euch...