

Aufgabe für Tag 1

Das brauchst du dazu:

Ein bisschen Platz und evtl. eine (Stopp-) Uhr

Aufgabe:

Springe 1 Minute wie ein Hampelmann.
Wie viele Sprünge schaffst du?

Ist dir das zu einfach?

Dann versuch mal den Sternsprung.

In die Hocke gehen und beim Beine grätschen springst du zusätzlich hoch in die Luft und breitest die Arme ganz weit aus.

Wie viele Sprünge schaffst du jetzt?



Vergiss nicht, deine Anstrengungen auf einem Foto festzuhalten und auf Dawawas hochzuladen.