

## Aufgabe für Tag **6**

### Das brauchst du dazu:

Turnschuhe

### Aufgabe:

Heute sollst du einmal probieren, so lange in Minuten zu joggen, so alt wie du bist. Versuche es ohne Pause.

Am besten geht das natürlich an der frischen Luft und in Begleitung eines Erwachsenen.

Nimm doch einfach deine Familie mit.

Viel Spaß!



**Vergesst nicht, eure Anstrengungen auf einem Foto festzuhalten und auf Dawawas hochzuladen**