

Frischlucht Workout



Für Kinder

Aufgabe	Beschreibung	Geschafft!
Pfützenspringen	Springe über - oder in - jede Pfütze die du finden kannst	
Hindernisspringen	Suche dir allmögliche Hindernisse, um darüber zu springen – Steine, Stöcke, Baumstämme,...	
Balancieren	Balanciere auf einem Baumstamm, einer Straßenmarkierung oder was sonst noch da ist	
Purzelbaum	Mache drei Purzelbäume auf einer Grünfläche	
Grashüpfer	Springe wie ein Grashüpfer über eine Wiese	
Rutschen	Rutsche 5-mal eine Rutsche runter	
Hampelmann	Mache 10 Hampelmänner in 10 Sekunden	

