

Sport- und Gesundheitstag

Wie ernähre ich mich gesund und wie werde oder bleibe ich fit? Diesen wichtigen Fragen widmeten sich alle Klassen einen ganzen Tag lang. Gemeinsam wurde in jeder Klasse ein gesundes Frühstück aus Vollkornbrot, Käse und viel Obst und Gemüse zubereitet, das allen Kindern richtig gut schmeckte. Anschließend war Bewegung angesagt. Beim „Lauf dich fit“- Lauf konnten die Schülerinnen und Schüler aller Klassen ihre Ausdauer zeigen und beweisen, dass sich das harte Training der letzten Wochen gelohnt hatte. So schafften es die allermeisten Kinder 15 oder sogar 30 Minuten ohne Gehpausen zu laufen. Beim Schulhausparcours konnten anschließend noch Kraft, Beweglichkeit und Geschicklichkeit an verschiedenen Stationen beim Seilspringen, Jonglieren oder Wandsitzen trainiert werden.









