

Olympiade „Klein gegen Groß“



Match 3: Hängen

Wer von euch schafft es länger zu hängen? Mama und Papa oder die Kids?

Wärmt euch vorher auf: Lauft 2 Minuten auf der Stelle und nehmt dabei die Knie ganz hoch. Lasst die Arme 20 Runden nach vorne, dann nach hinten kreisen und schüttelt die Arme danach einmal kräftig aus.

Sucht euch eine Stange, an die ihr euch hängen könnt, ohne dabei den Boden zu berühren. Die Eltern können dabei einfach die Beine anziehen. Hängt euch nun gleichzeitig an die Stange und schaut, wer es schafft länger an der Stange zu hängen, ohne den Boden zu berühren. Ihr könnt die Aufgabe auch nacheinander machen und die Zeit stoppen.

Für die Kids: Ihr dürft euch mit beiden Händen festhalten

Für die Eltern (bei Kids unter 6): Ihr dürft euch mit einer Hand festhalten

Für die Eltern (bei Kids ab 6): Ihr dürft euch mit beiden Händen festhalten



Hier könnt ihr abkreuzen wer gewonnen hat:

GROß:



KLEIN:

