

Olympiade „Klein gegen Groß“



Match 7: Springen

Wer von euch kann häufiger springen? Mama und Papa oder die Kids?

Wärmt euch vorher auf: Lauft 2 Minuten auf der Stelle und nehmt dabei die Knie weit nach oben. Geht ein paar Mal auf die Zehenspitzen und wieder zurück. Lauft dann im Hopselauf circa 10 Meter vor und zurück und springt anschließend 10 Mal nach oben. Schüttelt eure Beine aus.

Dieses Match beinhaltet 3 Aufgaben:

1. Springt in 30 Sekunden so oft ihr könnt auf dem rechten Bein
2. Springt in 30 Sekunden so oft ihr könnt auf dem linken Bein
3. Springt in 30 Sekunden so oft ihr könnt auf beiden Beinen

Die geschafften Sprünge aller drei Aufgaben werden am Ende zusammengezählt. Wer insgesamt die meisten Sprünge geschafft hat, gewinnt das Match.



Hier könnt ihr abkreuzen wer gewonnen hat:

GROß:



KLEIN:

