**Mein** **sportliches Tagebuch 25.05. – 29.05.2020   
Du darfst zwar die Schule wieder besuchen,**

**aber nur wenige Stunden sind möglich und Sport gehört leider auch nicht dazu.**

**Deshalb – „TREIBE SPORT UND HALTE DICH FIT!!!**

 ****  **** 

Wähle für jeden Tag eine sportliche Aktivität aus, die Du gern machst, egal ob Fahrradfahren, Wandern, Joggen, oder andere Fitnessübungen und trage diese in das Tagebuch ein.

Du kannst natürlich am Wochenende auch weitermachen.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mein Sporttagebuch** | |  |  |  |  |  |
| Name: |  |  |  |  |  | Klasse: |
| Datum: | Meine Aktivität | Belastung (ankreuzen) | |  | Zeitdauer | Schritte oder |
|  | Art der Bewegung | leicht | mittel | schwer |  | Kilometer |
| Montag, 25.05. |  |  |  |  |  |  |
| Dienstag, 26.05. |  |  |  |  |  |  |
| Mittwoch,  27.05. |  |  |  |  |  |  |
| Donnerstag,  28.05. |  |  |  |  |  |  |
| Freitag,  29.05. |  |  |  |  |  |  |

Schicke Deine Ergebnisse per E-Mail an [sportlehrerdrechsler@gmx.de](mailto:sportlehrerdrechsler@gmx.de)

**Viel Spaß, haltet Abstand und bleibt gesund!!!**

Liebe Grüße eure Sportlehrer