

Liebe Grundschüler/innen, liebe Eltern,

durch unsere Pandemie hat unser Kultusministerium gemeinsam mit der Stiftung Sport in der Schule eine Challenge / Wettbewerb für Kinder im Grundschulalter entwickelt. Diese soll die Schüler/innen dazu animieren, sich entsprechend der Empfehlung der WHO mindestens **60 Minuten** am Tag zu bewegen. Dazu verlost die Stiftung Sport in der Schule 100 x 100 €.

Das Sportteam unserer Grundschule möchte die Initiative unterstützen. Wir würden uns sehr freuen, wenn wir viele Klassen aus unserer Grundschule an der Verlosung teilnehmen lassen könnten.

**Die Teilnahme ist für jeden Schüler/in freiwillig.**

**Die Teilnahmebedingung ist einfach:**

Jede teilnehmende Schülerin und jeder teilnehmende Schüler soll, an 5 Wochentagen mindestens 60 Minuten, Sportübungen aus der **Rudi`s Fitness-Challenge** durchführen. Wenn eine Übung 10 Minuten trainiert wurde darf ein Punkt ausgefüllt werden. Es sollen mindestens 6 Punkte pro Tag ausgefüllt werden.

Falls einmal ein Tagesziel nicht erreicht wurde, bleibt motiviert und macht bitte trotzdem weiter.

Wir wollen versuchen, dass jede Klasse die nächsten **2 Wochen 2 Mal** an der Challenge teilnehmen. 1. Woche startet am Mo. 15.02. - Fr. 19.02.

Die 2. Woche ist von Mo. 22.02. – Fr. 26.02.

Weitere Infos können Sie auch im Anhang auf dem Trainingsplan von Rudi`s Fitness-Challenge lesen.

**Wichtig ist für unsere Schule:**

Sie müssen den Trainingsplan ausdrucken und jeden Tag ausfüllen.

Wer den Plan nicht ausdrucken kann, soll einfach selbständig eine Tabelle erstellen.

Die Ergebnisse bitte am Ende der Woche abfotografieren und an mich zurückschicken.

Wir Sportlehrer müssen die Ergebnisse zusammenfassen, bündeln und abschicken.

Liebe Grüße

Euer Sportteam Grundschule