



Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_

# DIE Herausforderung....

Fahre mit dem Fahrrad oder dem Roller oder auf Inline Skatern oder auf dem Skateboard oder laufe oder gehe eine Strecke deiner Wahl. Stoppe die Zeit (z.B. mit dem Handy). Du sollst dich zügig bewegen. Am nächsten Tag wiederholst du genau dieselbe Strecke. Versuche jeden Tag schneller zu werden! Kämpfe gegen dich selbst! Notiere deine Zeiten und gucke, wie du dich verbessert hast!

Ich bewege mich  zu Fuß gehend  zu Fuß joggend  mit dem \_\_\_\_\_

Meine Strecke: (bitte kurz beschreiben) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Montag**

Zeit: \_\_\_\_\_

Wetter: \_\_\_\_\_

Starttag

**Dienstag**

Zeit: \_\_\_\_\_

Wetter: \_\_\_\_\_

Verbesserung zum Vortag

JA  Nein

**Mittwoch**

Zeit: \_\_\_\_\_

Wetter: \_\_\_\_\_

Verbesserung zum Vortag

JA  Nein

**Donnerstag**

Zeit: \_\_\_\_\_

Wetter: \_\_\_\_\_

Verbesserung zum Vortag

JA  Nein

**Freitag**

Zeit: \_\_\_\_\_

Wetter: \_\_\_\_\_

Verbesserung zum Vortag

JA  Nein

Verbesserung zum Starttag

JA  Nein