

Hallo liebe Kinder. Schön, dass Ihr dabei seid!

Heute wollen wir mal schauen, wie fit ihr seid. Und deine Eltern natürlich auch! 😊 Es kommt dabei nicht drauf an, wie schnell ihr seid, sondern wie geschickt!

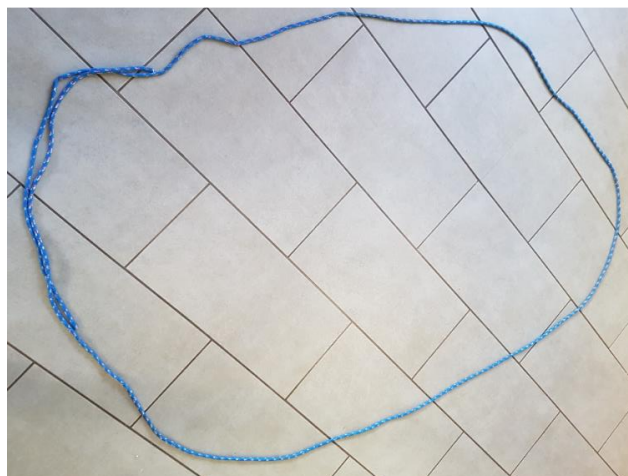


Los geht's!

Ihr braucht: Stück alte Zeitung, zwei Suppenlöffel, einen kleinen Ball (egal welcher Ball), Schere,
Schnur oder Seil



1. Jetzt schneidet ihr ein **Stück von der Schnur** ab, ungefähr 4 Meter. Das kannst du mit deinen Eltern einfach an einer Tür abmessen. (Einfach die Schur an der Tür rauf und wieder runter.)
2. Jetzt **legst** du (mit der Schnur) einen großen **Kreis oder ein Osterei** auf den Boden.



3. Nun geht es los! **Schuhe aus** und dann strümpfig auf dem Kreis laufen/balancieren. Erst ganz langsam, dann versuche es etwas schneller. Dabei immer auf der Schnur/Seil bleiben. Wer schafft **die schnellste Runde** in der Familie?



4. Jetzt kannst du mit der Schnur/Seil ein **anderes Muster** legen. Die Schnur/Seil sollte dabei nicht so dicht zusammenliegen.



5. Nun macht ihr aus **der Zeitung einen Ball**. Der Ball sollte ungefähr so groß sein wie deine Faust. Deine Eltern machen einen **größeren Ball**. (Das ist dann etwas schwieriger! 😊)



6. Der Zeitungsball wird **nun auf den Löffel** gelegt. Den Löffel nehmt ihr in die Hand und ihr lauft wieder auf der Schnur entlang. **Der Zeitungsball darf nicht runterfallen!** Ihr könnt dann mit der Schnur/Seil immer unterschiedliche Muster zum Ablaufen hinlegen.



7. Nun wird es **noch schwieriger**. Ihr nehmt in jede Hand einen Löffel! Auf dem einen Löffel liegt der Zeitungsball, auf dem anderen Löffel liegt ein kleiner Ball. Los geht's!



*** WICHTIG * WICHTIG * WICHTIG ***



Viel Spaß!