

Fit in den Frühling - sportliche Schnitzeljagd

Liebe Kinder, liebe Familien!

Da uns die Corona-Pandemie immernoch fest im Griff hat, können wir unser alljährliches und schon zur Tradition gewordenen **SPORTFEST** leider auch in diesem Jahr nicht wie gewohnt stattfinden lassen.

Wir stecken aber den Kopf nicht in den Sand und wollen uns trotzdem sportlich betätigen um "**fit in den Frühling**" zu starten.

Aus diesem Grund bieten wir euch eine **sportliche Schnitzeljagd** an!

Wenn ihr also Lust habt mit Mama, Papa und euren Geschwistern zu sporteln seid ihr hier genau richtig!

Ab kommende Woche könnt ihr euch auf unserer homepage den **Fitnessplan** und den dazugehörigen **Fitnesspass** einfach herunterladen, ausdrucken und schon kann's losgehen! Vergiss nicht dir sportliche Kleidung und feste Turnschuhe anzuziehen, denke auch an ein Getränk, denn Sport macht durstig! Nicht vergessen: einen Stift für den Fitnesspass!!! Immer wenn ihr eine Station erfolgreich gemeistert habt, dürft ihr ein Zeichen (Smiley, Herz, Blumen, Stern, etc.) in euren Pass malen!

Wir haben an jede Station ein **Stoffband** gebunden. So findet ihr den Weg und wisst wo es lang geht!

Nun wünschen wir allen viel Spaß beim Sporteln und gutes Gelingen!

Fitnessplan für die sportliche Schnitzeljagd:

Los geht's am Eingang unseres Kindergartens:

Seht ihr unser START-Schild? Dann folgt dem Pfeil! Die erste Station ist garnicht weit!

Erste Station: (rot-weißes Schild vor der Pfarrwiese)

Jetzt wird erstmal aufgewärmt: Lockert eure müden Glieder. Hüpf her, schüttelt eure Arme und Beine aus!

Nun rennt ihr zur Sitzbank am Ende der Wiese und wieder zurück, aber nicht einfach geradeaus: lauft im Slalom um die Bäume herum!

Zweite Station: (Bank am Ende der Pfarrwiese)

Sucht euch einen Stock! Diesen haltet ihr mit beiden Händen mit

gestreckten Armen vor euch. Nun macht ihr Kniebeugen!
Wer schafft es die meisten Kniebeugen zu machen? Schreibt die Anzahl
in euren Fitnesspass! Weiter geht's Richtung Spielplatz.

Dritte Station: (Baum vor dem Spielplatz)

Macht 10 Hampelmänner! Wenn ihr mehr schafft, dürft ihr natürlich auch
mehr machen. --> je mehr umso besser! Weiter geht's am Spielplatz
vorbei. (Ihr könnt natürlich auch einen kurzen Abstecher auf den
Spielplatz machen.)

Vierte Station: (Bänke neben der Malbachbrücke, hinter Marienstatue)

Seht ihr die Pflastersteine, die rundherum gehen?

Balanciert 3 Runden auf diesen Steinen ohne dabei mit dem Fuß daneben
zu treten! Das ist garnicht so einfach. Zum Schluß stellt ihr euch in die
Mitte auf den abgesägten Baumstumpf und probiert mal einen "sterbenen
Schwan"! Wenn ihr nicht wisst wie das geht, Mama oder Papa zeigen es
 euch bestimmt!

Nun geht's weiter über die Malbachbrücke und danach gleich links
abbiegen, entlang des Bach's.

Fünfte Station: (Eisentor)

Achtung: Schaut bitte vorne an der Abzweigung, damit kein Auto
angefahren kommt!!!

Wenn alles frei ist, lauft bis zum Fußgängerschild im Pferdegalopp!
Aber schön hoch die Knie!!

Sechste Station: (Fußgängerschild)

Seht ihr die Linie auf dem Boden? Stellt euch dahinter und "...auf die
Plätze fertig los!" geht's bis zur Treppe am Großenberg. Wer erreicht
das Ziel am schnellsten? Dort findet ihr auch schon die nächste Station.

Siebte Station: (alte Steintreppe)

Krabbelt nun auf allen Vieren diese Treppe hinauf und wenn ihr euch
traut genauso hinunter. Ihr könnt aber auch ganz normal hoch und runter
steigen! Das Ganze natürlich mindestens zweimal!

Lauft nun rechts Richtung Großenbergwiese weiter zur nächsten Station!

Achte Station: (Fahnenmast an der Kapelle)

Könnt ihr noch oder seid ihr schon aus der Puste?

Vor euch steht die Großenbergkapelle. Eure Aufgabe hier ist es diese Kapelle zu umrunden. Ihr könnt euch die Laufart selbst ausdenken! Schön wäre zum Beispiel, wenn ihr mindestens zweimal drumherum lauft, hüpfst, im Seitgalopp oder was euch auch immer einfällt!?! Ihr habt bestimmt gute Ideen!

Wenn ihr das geschafft habt, könnt ihr nun zur Belohnung den Wiesenhügel hinunterkullern!?! (Aber ACHTUNG! Schaut erstmal ob die Wiese nicht von Hundekot verunreinigt ist!)

Seid ihr noch fit? Wenn nicht könnt ihr euch eine Bank aussuchen und erstmal Pause machen! Ihr habt bestimmt Durst und Hunger!?!

Wenn ihr euch gestärkt habt geht's weiter.

Neunte Station: (Schild am Mammutbaum)

Sucht euch nun einen kleinen Stecken oder Tannenzapfen für euren Weitwurf! Wer kann am weitesten werfen? Zählt mit Schritten wie weit ihr geworfen habt und tragt die Anzahl in euren Fitnesspass ein!

Zehnte Station: (irgendein Baum am Großenberg)

Sucht euch jetzt euren Lieblingsbaum aus! Das ist der Start und das Ziel für das Slalom-Wettrennen. Also losgeht's im Slalom um alle Bäume!

Elfte Station: (Treppe rechts neben dem Wiesenhügel bei der Kapelle)

Nun dürft ihr die Treppe hinauflaufen und links daneben auf der Wiese wieder hinunter rennen. Eure Mama oder euer Papa steht natürlich mit offenen Armen unten und fängt euch auf. Vielleicht wirbelt Mama /Papa euch durch die Luft wie in einem Karusell..?!

Nun geht es rechts auf dem schmalen Weg entlang des Malbaches weiter.

Zwölfte Station: (große Treppe bei Jesus-Station)

Wer traut sich von den Treppenstufen zu springen? Jedem ist selbst überlassen wie hoch und wie weit ihr von der Treppe springen wollt!

Mama oder Papa fangen euch bestimmt auf.

Dreizehnte Station: (Holzbrücke)

Los geht's am Ende der Brücke auf Mama's/Papa's Rücken: Huckepack bis zur Bank am kleinen Wasserhäuschen.

Vierzehnte Station: (Wasserhäuschen)

Nun sind wir schon fast am Ende unserer "sportlichen Schnitzeljagd". Schafft ihr es noch von hier bis hoch zum Nestchengartenzaun zu rennen? Wenn ihr angekommen seid, kreist nochmal zum Abschluss eure Arme, schüttelt Beine und Arme aus! Lasst euren Kopf kreisen!

ZIEL ist am Kindergarten! Von hier aus dürft ihr im Gänsemarsch bis zum Ziel watscheln! Aber bitte über die Wiese an der Krippe und nicht auf der Straße!!!

Wir sind der Meinung.... "IHR WART SPITZE !!!"

Das habt ihr einfach toll gemacht!

Wenn ihr wollt könnt ihr euren Fitnesspass mit NAMEN versehen in den Briefkasten am Kindergarten werfen!