

- Jahreslauf -

Liebe*r Sportler*in heute steht Ausdauer auf dem Plan. Deine Aufgabe wird es sein dein Alter in Minuten zu laufen (zum Beispiel: 9 Jahre = 9 Minuten). Es ist wichtig, dass du versuchst gleichmäßig zu laufen und keine Pause zu machen.

Wirst du das schaffen? – Wir glauben an dich!

Viel Spaß wünscht dir dein Trainerteam

LAUF DEIN ALTER IN MINUTEN

