

Körperbeherrschung

Aufgabe: Wie lange schaffst du es, nur auf deinem rechten Bein zu stehen? Natürlich, ohne dich festzuhalten. Stoppe die Zeit (maximal 60 Sekunden)!

So oft habe ich es geschafft: _____

Aufgabe: Wie lange schaffst du es, nur auf deinem linken Bein zu stehen? Natürlich, ohne dich festzuhalten. Stoppe die Zeit (maximal 60 Sekunden)!

So oft habe ich es geschafft: _____

Aufgabe: Wie viele Liegestütze schaffst du hintereinander?

So oft habe ich es geschafft: _____

Aufgabe: Stecke dir eine kurze Strecke (zwischen 10 und 15 Meter) ab. Wie schnell schaffst du es, ins Ziel zu kommen?

So schnell war ich: _____