



# BEWEGUNG

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

## Mein Fitnessstagebuch

	Morgen	Vormittag	Nachmittag	Abend
Montag	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____
Dienstag	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____
Mittwoch	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____
Donnerstag	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____
Freitag	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____
Sonnabend	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____
Sonntag	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____



### Arbeitsaufträge

1. Was hast du in dieser Woche für deine Fitness getan? Führe ein Tagebuch darüber. Denke an den Schulweg, die Pausen und die Freizeit. Stelle dein Tagebuch in der Gruppe oder in der Klasse vor.
2. Du kannst ein Fitnessstagebuch auch zusammen mit deiner Familie erstellen. Bitte dazu deinen Lehrer oder deine Lehrerin, dir dieses Arbeitsblatt in entsprechender Anzahl zu kopieren.