



Hey Du,

kennst du mich schon? Ich heiße Jolinchen und ich liebe es, mich zu bewegen. Ich bin ganz oft im Wald unterwegs und turne hier herum.

Balancieren über Baumstämme, Laufen und Springen in Moos und Laub macht mir besonders viel Spaß! Außerdem be ich, mich über den Boden zu rollen und mit unterschiedlichen Waldmaterialien auf Ziele zu werfen. Je mehr ich be, desto besser und fitter werde ich und kann die Aufgaben immer schwieriger gestalten!

Hast du Lust, auch mitzumachen und die Übungen für mein Kinder-Sportabzeichen zusammen mit deinen Eltern auszuprobieren?

Dann schnell die bequemen Sachen und die stabilen Schuhe an und ab geht es in das nächste Waldstück. Sicher findet Ihr eine gute Stelle ganz bei euch in der Nähe.

Achso...bevor ich's vergesse:

Im Wald sind natürlich nicht nur wir unterwegs, sondern ganz viele Tiere, die wir nicht immer sehen können, weil sie sich gut vor uns verstecken. Wichtig ist, dass wir gut auf sie und auch die Bäume und die anderen Pflanzen aufpassen und ein paar Regeln beachten. Vielleicht kennst du ja auch schon ein paar Regeln für den Wald?

Ich achte immer darauf

- dass ich meinen Mll wieder mit nach Hause nehme
- dass ich mich auf den normalen Waldwegen oder auf ausgetretenen Pfaden bewege und nicht so viel querfeldein laufe
- dass ich mich möglichst ruhig verhalte, um keinen von meinen tierischen Freunden zu erschrecken
- dass ich kein Feuer mache oder etwas wegwerfe, das den Wald entzünden könnte

Damit ihr wisst, was alles zu meinem Sportprogramm gehört, habe ich euch die Übungen vorgemacht und sie auf einer Laufkarte zusammengebastelt!

Also los geht's - Viel Spaß! Und vielleicht gibt es ja auch eine kleine Überraschung, wenn du alles geschafft hast!

Sportliche Größe von deinem

Jolinchen