

# 1

Hinter dem untenstehenden Link verbirgt sich ein vielfältiges Angebot an sportlichen Aktivitäten von Yoga über Tanz und Fitness und vieles mehr!

Jeder Interessierte findet mit Sicherheit etwas für sich!

Ihr könnt die sportlichen Aktivitäten auch mit Euren Geschwistern oder Eltern durchführen, aber achtet immer auf den Abstand zu anderen Mitmenschen!

Probiert einfach einmal etwas Neues aus, traut Euch!!!

<https://padlet.com/dirkoertker/h7cb387ajg0b>

# 2

Eine ganz einfache sportliche Betätigung ist und bleibt natürlich das Joggen und/oder Walken in der Natur. Ihr benötigt lediglich Eure Laufschuhe und dem Wetter angepasstes Sportzeug. Und schon geht es los. Achtet aber bitte immer darauf, dass Ihr ein Tempo wählt, bei dem Ihr Euch mit jemanden unterhalten könntet.

Achtung: Abstand halten!