

Triathlon auf dem Teletubby-Spielplatz

500m Lauf	
Rutschen	
Zielwerfen	

500m Lauf: Ihr lauft eine Runde und stoppt eure Zeit. Die Zeit tragt ihr in die rechte Spalte ein. Die Runde seht ihr im Video.

Rutschen: Ihr habt 5 Minuten Zeit so oft ihr könnt zu rutschen. Ihr beginnt an der Leiter. Es zählt ein Punkt, wenn ihr unten angekommen seid. Ist die Zeit abgelaufen und ihr seid noch in der Rutsche, zählt das nicht. Die Punkte tragt ihr in die rechte Spalte ein.

Zielwerfen: Ihr malt euch einen Kreis auf dem Boden und eine Abwurfmarkierung. Das könnt ihr auch in dem Video sehen. Dann sucht ihr euch 3 Eicheln. Nun habt ihr 2 Minuten Zeit so oft ihr könnt die Eicheln in den Kreis zu werfen. Jede Eichel, die im Kreis landet, ergibt einen Punkt. Habt ihr keine Eicheln mehr, lauft ihr zum Kreis und holt sie euch wieder. Die Anzahl der Punkte tragt ihr in die rechte Spalte ein.

Ihr macht die Stationen des Triathlons und tragt eure Ergebnisse in die rechten Spalten ein. Natürlich könnt ihr den Triathlon mehr als einmal machen. Eure Ergebnisse könnt ihr zum Training nach der Corona-Zeit mitbringen.

Wir wünschen euch viel Spaß!