



Rudolfs Radel-Challenge

Es wird Frühling...raus aus dem Wohnzimmer! Im dieswöchigen **WORKOUT OF THE WEEK** lautet die Aufgabe: Fahrradfahren für die Gesundheit. Die meisten Hildebrandianer kommen aus eigener Überzeugung mit dem Rad zur Schule. Diese sportliche Aktivität sorgt schon am Morgen für eine Aktivierung des gesamten Körpers, was sowohl eine steigende Konzentrationsfähigkeit als auch eine verminderte Müdigkeit zur Folge hat. Wenn man aber zu Hause sitzt, fehlt diese sportliche Aktivierung. Deshalb möchte wir diejenigen, die sich im Distanzlernen befinden, motivieren in dieser Woche bereits am Vormittag sportlich aktiv zu werden, um die positiven Effekte auch für das Lernen daheim nutzen zu können. Natürlich können auch die SchülerInnen im Präsenzunterricht zusätzliche Meter einheimen.

Zählt täglich eure gefahrenen Kilometer und tragt sie in der unten verlinkten Tabelle ein. Euren Eintrag könnt ihr täglich aktualisieren und so die neuen Kilometer einfach dazu addieren.

Klasse 5/6:

https://www.bullsheat.de/S/index.php?k=Rudolfs_Radel-Challenge_Kl_56_G3cChkDBb7WM&r=84116

Klasse 7/8:

https://www.bullsheat.de/S/index.php?k=RudolfsRadel-ChallengeKl78_SbRT5sG7Ht77

Klasse 9/10:

https://www.bullsheat.de/S/index.php?k=910_ghZV3qpDpAxc

Klasse 11/12:

https://www.bullsheat.de/S/index.php?k=1112_E2fgGfxT9rzA

Wie immer funktioniert die Challenge nur, wenn alle Beteiligten fair und ehrlich miteinander agieren. Sollten wir bei einzelnen Schüler*innen oder Klassen den Verdacht des Betrügens vermuten, behalten wir uns vor, diese von der Challenge auszuschließen.

Also: Schuhe an, aufs Rad steigen und los geht's! Wer schafft die meisten Kilometer?

Eure SportlehrerInnen