

Gesund und Fit

„Frühstücke wie ein König, iss zu Mittag
wie ein Edelmann und zu Abend wie ein
Bettler“

Lehrer: Frau Wagner, Frau Hohmann

Worum handelt es sich bei diesem Projekt?

- Schüler lernten etwas über gesunde Ernährung
- Zubereitung von gesunden Speisen
- Ausübung von Sportarten wie Walking oder Aerobic



Was wurde gemacht?

- Den Schülern wurden die Vorteile einer gesunden Ernährung näher gebracht



Inhalte des Projekts/Ausflüge

- Am Donnerstag ging die Gruppe in die Therme Salmünster, um dort Aquaaerobic zu betreiben



Fazit der Schüler

- Die Schüler hatten Spaß bei der Sache, obwohl einige Tätigkeiten wie beispielsweise Walking für die Teilnehmer äußerst anstrengend waren

