



November Challenge

Gesundheit & Bewegung Mini-Quiz



Hey Waldkicker,

in der exklusiven Waldkicker-Ausgabe des Bla Bla Bla - Kinderpodcasts habt Ihr von Lena und Nils eine Menge über **Bewegung und Eure Gesundheit** gelernt.

Gemeinsam als Team habt Ihr Euch einen **richtig coolen Bewegungs-Parcours** überlegt. Echt stark!!

Und jetzt könnt Ihr zeigen, dass Ihr wahre **Bewegungsexperten** seid.

Beantwortet zum Abschluss der November-Challenge die Fragen im **Quiz!**

Also: Macht Euch bereit - jede Antwort zählt! Viel Erfolg!

1. Was macht Eure Knochen stark?

☐ Bewegung & Sonne

☐ Zucker & Fernsehen

2. Was hilft Eurem Herzen?

☐ Rennen

☐ Schlafen

3. Welches Essen ist gut für Euer Gehirn?

☐ Obst

☐ Pommies

4. Wofür sind Muskeln wichtig?

☐ Zum Bewegen

☐ Zum Schlafen

5. Was hilft gegen Müdigkeit?

☐ Bewegung & Wasser

☐ Süßigkeiten