



WALDSCHULE
GEMEINSCHAFTSSCHULE
BISSINGEN

Liegestütz- Weihnachtschallenge- Ablauf kurz zusammengefasst

Vor der Challenge (bis zum 13. November):

- Lies dir die Liegestütz- und Sponsorenkarte durch
- Suche dir deine Sponsoren (z.B. Eltern, Verwandte, Firmen etc.) und informiere sie über die Challenge
- Trage die Daten deiner Sponsoren in die Sponsorenkarte ein
- Schau dir das Erklärvideo mit den Anleitungen der Liegestütze an

Während der Challenge (vom Montag 14. November bis Dienstag 13. Dezember):

- Mache jeden Tag **nach Möglichkeit** 10 Liegestütze. Natürlich darfst du auch mehr machen. Wenn du noch keine 10 schaffst, kannst du auch weniger machen. Wichtig ist, dass du dranbleibst! Du wirst merken, dass du dich schnell verbesserst!
- Trage jede durchgeführte Liegestütze in deine Liegestütz-Karte ein
- Verfolge unsere Gesamtliegestütze und die Klassenwertung bei Untis

Nach der Challenge (vom 14. bis 18. Dezember):

- Trage die durchgeführten Gesamtliegestütze in die Liegestütz- und Sponsorenkarte ein
- Informiere deine/n Sponsor/en über deinen Gesamt-Spendenbetrag
- Sponsoren überweisen den Spendenbetrag bis zum 18. Dezember auf das Konto des Fördervereins der Waldschule