

Ausdauertraining

Projektbeschreibung:

Wir laufen in moderatem Tempo

- **Auf dem Sportplatz**
- **In Richtung Ottenbeck**
- **Zum Rüstjer Forst**

Erlangung des Deutschen Laufabzeichens

Kosten:

Ca. 4 Euro (Laufabzeichen)

Mitzubringen / Treffpunkt:

Sportzeug (für draußen), ganz wichtig: *„Gute Laune“*

Treffpunkt: Schule/Sportplatz