



**DECATHLON
OUTDOOR
FÜNFKAMPF**

DECATHLON

SPORT FOR ALL - ALL FOR SPORT

Schnapp dir einen Stift und eine Stoppuhr und schon kann der Garten-Fünfkampf-Sportspaß los gehen! Viel Spaß.



Die Aufgaben



Tierisch, tierisch: Begib dich auf die Suche nach drei verschiedenen Tierarten.

Nun zähle die Buchstaben aller Tiere zusammen: _____

So oft musst du jetzt in die Luft springen - so hoch wie du nur kannst!



Zick-Zack-Lauf: Gehe in die Mitte deines Gartens. Von dort flitzst du nun so schnell es geht in eine Ecke des Gartens. Danach musst du wieder zur Mitte zurück und zur nächsten Ecke. Das machst du so lange, bis du jede Ecke einmal erreicht hast. Wie lang hast du gebraucht? _____



Vogel-Gezwitscher: Für diese Aufgabe brauchst du deine Stoppuhr oder jemanden, der bis 60 zählt. Schließe deine Augen und höre eine Minute lang, wie oft du ein Vogelgeräusch wahrnimmst: _____

So oft machst du danach einen Hampelmann. _____



Hopp, hopp, hopp: Hüpf einmal am Rand entlang durch deinen Garten. Naaa, wie oft hast du gebraucht? _____

Versuche bei einem zweiten Versuch die Runde mit weniger Hüpfen zu meistern: _____



Bäume zählen: Zähle alle Bäume, die du von deinem Garten aus sehen kannst: _____

So viele Bäume, wie du gezählt hast, so oft musst du eine Kniebeuge machen. Also in die Knie gehen und wieder aufstehen.

Du hast alle Aufgaben geschafft und überall ein Kreuzchen setzen können? Glückwunsch, du bist nun ein echter Outdoor Fünfkampf Meister und kannst dir deine Urkunde abholen!



URKUNDE

Herzlichen Glückwunsch!

hat alle fünf Prüfungen mit
Bravour gemeistert und wird
hiermit zum

Outdoor Fünfkampf Meister

ausgezeichnet!

DECATHLON

SPORT FOR ALL - ALL FOR SPORT