

## Bewegungsrallye Kolenfeld



Start an der Kolenfelder Kirche:

1.) Schau von der Kirche Richtung Norden. Wie viele Parkplätze sind da? \_\_\_\_\_

**Mache 15x Hocke-Strecksprung**

2.) Geh nun zur Riehe und zähle die Holzbohlen der Brücke. \_\_\_\_\_

**Stütze dich auf das Geländer der Brücke und mache 10x Liegestütze.**

3.) Geh weiter Richtung Bushaltestelle aber biege vorher in die erste Straße rechts ein. Wie heißt sie? \_\_\_\_\_

**Gehe nun in die Liegestützposition und hüpf mit den Beinen 15x nach vorne zu den Händen und wieder zurück.**

4.) Gehe weiter die Straße entlang. Welches Verkehrsschild steht links von Hausnummer 3? \_\_\_\_\_ Gehe weiter bis zum Arzt. **Mache 15x Hampelmänner.**

5.) Suche ein blaues Verkehrsschild und biegt in diese Straße ein. Was steht im Kreis? \_\_\_\_\_ Gehe dann rechts zum Spielplatz.

**Suche dir eine Bank, stütze die Hände auf die Sitzfläche und tippe mit den Füßen abwechselnd 15x nach vorne.**

6.) Folge nun dem Schotterweg bis zur Tankstelle. Am Ende des Schotterweges biege nach rechts ab und gehe zur Bushaltestelle. **Berühre 15x mit deinem rechten und linken Fuß die Sitzbank in der Bushaltestelle**

7.) Folge nun der Straße Richtung Gasthaus Kuckuck. Wie schnell darf man hier fahren? \_\_\_\_\_ Such dir nun an der Hauswand vom Gasthaus Kuckuck einen Platz.

**Lehne dich mit den Rücken an die Wand und setze dich hin wie auf einen Stuhl 1x 60 Sekunden**

8.) Folge der Straße zurück zur Turnhalle. Biege vor dem Bauernhof links ab zur Schule. Was steht auf dem Denkmal (1914-1918)?

---

9.) Gehe zur Kirche zurück. **Stelle dich 30 Sekunden jeweils auf das rechte und linke Bein.**

**Viel Spaß**