

Sportlicher Rätselspaß an der frischen Luft

Wir schicken eure Kinder auf Entdeckungstour am Vogelkamp. Unsere Kinderrallye besteht aus mehreren kleinen Rätselaufgaben und einfachen sportlichen Übungen. Sie lässt sich wunderbar mit einem Familienspaziergang durch die schöne Grünanlage am Johannisland verbinden.

Also schnappt euch gleich die Zeitung und los geht's an der großen Wiese direkt beim Nordausgang vom S-Bahnhof Neugraben! Wer alle Lösungen findet, kann mit etwas Glück auch was gewinnen. Wir verlosen unter den Teilnehmern einen Geschenkkorb von unserem Partner EDEKA Warncke's Frischcenter.

1



Diese Steine zeigen den Joggern, welche Wege sie laufen können und wie lang diese sind. Die Steine stehen über die ganze Wiese verteilt am Rande der Wege. Wie viele dieser Steine findest du?

Rund um die Sportgeräte wurden auf der Wiese auch viele neue Bäume gepflanzt. Sie sind noch ziemlich klein und für diese Aufgabe nicht wichtig. Schaut euch lieber mal die alten, großen Bäume an.

Sie stehen ziemlich genau in der Mitte der Wiese, alle in einer Reihe.

Wie viele sind es?

3

Jetzt wird es das erste Mal sportlich: Auf dieser Schaukel üben wir Balancieren. Klettere auf die Schaukel und versuche, um die Ketten herum von einem Ende zum anderen zu gehen – dabei nicht runterfallen!



4



Auf unserer Homepage gibt es auch noch mehr **Outdoor-Spaß**. Unter dem Motto „Mit Kindern draußen Sport machen“ haben unsere Übungsleiterinnen Kathrin und Carola jede Menge Übungen und Aufgaben zusammengestellt. Unter anderem zeigen die beiden auch, was du auf dem Spielplatz am Vogelkamp alles machen kannst. Das und noch mehr findest du auf hntonline.de/outdoor-spas



Hier auf der Wiese gibt es überall „Fitness-Inseln“ mit ganz unterschiedlichen Sportgeräten. Auf dem Foto siehst du eines davon. Findest du es? Wenn ja: Welche Farbe haben die zwei Stangen?

2

Wir bleiben noch kurz beim Beachvolleyball-Feld. Hier steht die zweite sportliche Aufgabe an: Weitsprung. Nimm auf dem Rasen Anlauf, spring direkt vor dem Sand ab, Knie anziehen und beim Landen mit geschlossenen Beinen auf beiden Füßen in die Knie gehen.



6



Wo sich die 2 & die 8 verstecken, verraten wir dir nicht. Die musst du selbst finden.

Zum Abschluss kannst du dich noch mal richtig austoben. Denn die Aufgabe lautet: Parcours. Auf der großen Fitness-Insel am Ende der Wiese kannst du klettern, balancieren und springen üben. Beim Landen (am Besten auf dem weicheren blauen Boden) bitte in die Knie gehen.



9

Was hier wie eine riesengroße Sandkiste aussieht, ist ein Beachvolleyball-Feld. Natürlich kannst du mit deinen Freunden gerne eine Runde spielen.

Wir wollen aber etwas anderes wissen: Welches Wort steht oben auf der gelben Kante des Volleyball-Netzes?

5

Die nächste Aufgabe ist der Brückenlauf. Wir machen dir das auf dem Foto einmal vor. Nutze dafür den Balken auf der Fitness-Insel. Mit geradem Rücken, den Händen auf dem Boden und mit den Füßen auf dem Balken seitwärts gehen.



7



Ein kleines Rätsel haben wir noch für dich: Wie du hier sehen kannst, hängen auf einer Fitness-Insel zwei Turnringe. Welche Farbe haben die beiden Ringe?

8

Na, konntest du alle 5 Fragen beantworten? Wenn ja, kannst du jetzt noch an unserer Verlosung teilnehmen und mit etwas Glück einen Geschenkkorb von unserem Partner EDEKA Warncke's Frischcenter gewinnen.

Mitmachen geht ganz einfach:



Geh auf die HNT-Homepage hntonline.de/zeitung-kinderrallye oder scanne einfach den QR-Code.

Dort gibst du deine Kontaktdaten und die fünf Antworten ins Onlinefeld ein. Anschließend das Ganze mit einem Klick absenden.

Dann heißt es nur noch Daumen drücken. Teilnahme-schluss ist der 26. Juni 2021. Danach ziehen wir den Gewinner. Viel Glück!

