



## Gesundheitstag an der Anne-Frank-Schule

Holzminen (r). Bewegung und gesunde Ernährung gehören zu einem gesundheitsbewussten Leben – das wissen die Schülerinnen und Schüler der Anne-Frank-Schule genau. Wieder einmal fand ein gemeinsamer Gesundheitstag statt, zu dem ein abwechslungsreiches Fitnessprogramm ebenso gehörte wie der anschließende gesunde Snack im Schülercafé. An 13 Stationen, die nach vorbereiteten Bildkarten von den Schülerinnen und Schülern unter Anleitung der Sportlehrkräfte in der Sporthalle aufgebaut wurden, ging es um Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, motorische Geschicklichkeit und nicht zuletzt um viel Spaß bei gemeinsamer Bewegung. Beim schnellen Bewegungsspiel „Fische wechselt das Haus“ kamen alle so richtig in Fahrt. Anschließend wurden in Zweierteams die verschiedenen Übungen des Parcours abwechselnd durchgeführt. Beim abschließenden gesunden Fitness-Frühstück mit Obstsalat, Gemüse-Sticks und herzhaftem Dipp sowie gesunden Getränken im Schülercafé, das Schülerinnen der „Hexenküche“ vorbereitet hatten, waren sich die meisten einig: Dieses gelungene Gesundheitsprojekt müssen wir bald wiederholen.

Fotos: Anne-Frank-Schule



TAH 26.02.2016