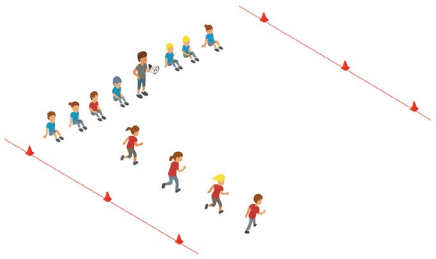
WibS-LAF

Aufgab	20m Pendellaf
Opbau	Eng 20m-Distanz mat Hittercher op all Säit markéieren. D'Mëttellinn gëtt och mat 2 Hittercher markéiert. 
Oflaf	WibS-Laf-Audio ofspillen. Beim éischte Signal starten d'Kanner vun der Startlinn a lafen op déi aner Säit. Dës muss erreecht ginn, ier dat nächst Tounsignal (Déierelaut) kënnt. Erreecht e Kand d'Mëttellinn net beim Tounsignal, ass säi Laf eriwwer, a geet aus dem Feld eraus.
Bemierkungen	D'Zil ass et, sou vill Kanner wéi méiglech un d'lafen ze kréien. Dat wäert am Ufank net direkt klappen, mee et sollt een et reegelméisseg (min. 3-4x pro Trimester) a säin Turnunterrecht als Warm-Up abauen. E Cycle 2 huet natierlech aner Ziler, wéi e Cycle 4. Ziler kéinte sinn: C2: 20-30 Ronnen, C3:30-40 Ronnen, C4: 35-45 Ronnen No 61 Ronnen ass Schluss. Dat wieren dann 1.220 m an enger Zäit vu 7'24''. Wat méi Kanner do drukommen, wat besser. A lass!
Material	Moossband, Hittercher, Museksbox, WibS-Laf-Audio En Handballterrain ass 40m x 20m. E Basketsterrain 28m x 15m.
Informatiounen fir d'Klass	*Moie léif Kanner. Lo gläich dierft dir ganz vill lafen. Am Ufank geet et lues un, an ongefëier all Minutt geet et bëssi méi schnell. Probéiert sou laang ze lafe wéi dir kënnt. D'Zil ass et, op der markéierter Linn déi aner Säit unzekommen, éier dir en Déier héiert. Wann dir ukomm sidd, musst dir waarde bis d'Déieregeräisch ze héieren ass a laaft dann nees lass. Net éischter, dat ass gefuddelt.* *Ongefëier all Minutt ännert d'Déier, dat dir héiert, an da geet et och ëmmer bëssi méi schnell. Eréischt wann e Kand guer net méi lafe kann an d'Déier ëm méi wéi 10m verpasst huet, also nach net iwwert der Mëttellinn ass, ass den Test fir dat Kand eriwwer, an de Score (Ronn XY) gëtt opgeschriwwen.* *Wann lo nach een op d'Toilette muss, oder seng Turnschlappe strécke wëll, da maacht dat w.e.g. direkt, a mir waarde bis mir ufänken. Denkt drun, wann de Stréckel lass geet, da kënnt dir net einfach stoe bleiwen, well soss ass den Test eriwwer. Maacht roueg en duebele Knuet.*