

# LASPO-Summer-Challenge

## Auswertungstabelle für weiterführende Schulen (ab 8. Klasse):

| Ausdauerleistung                      | Wochen-Challenge:<br>je Woche 1-3-5 Punkte |      |
|---------------------------------------|--|------|
| 1x pro Woche: Bronze (1 Punkt)        |  | KW31 |
| 2x pro Woche: Silber (3 Punkte)       |  | KW32 |
| 3x pro Woche: Gold (5 Punkte)         |  | KW33 |
|                                       |  | KW34 |
| Auswahl aus folgenden Bereichen:      |  | KW35 |
| Mind. 30 min Laufen                   |  | KW36 |
| Mind. 1,5 h Spazieren/ Wandern/ Gehen |  |      |
| Mind. 1h Fahrradfahren                |  |      |
| Mind. 35 min Inlineskaten             |  |      |
| Mind. 30 min Schwimmen                |  |      |
| Maximalpunkte: 30                     | Maximalpunkte: 30                          |      |