

Mein Bewegungstagebuch

Name:

Datum:

Wann?	Wo habe ich mich bewegt?	Wie lange?
Nach dem Aufstehen		Zeit:
Auf dem Schulweg		Zeit:
Während dem Unterricht		Zeit:
In der grossen Pause		Zeit:
Auf dem Schulweg		Zeit:
Über Mittag		Zeit:
Am Nachmittag		Zeit:
Als Hausaufgaben		Zeit:
Vereinssport		Zeit:
Vor dem zu Bett gehen		Zeit:
Total bewegte Zeit:		

