

Rastmaraton

Fysiken ökar på skolans egen löparbana!

Löpning har positiva uttryck:

- ✓ Du orkar bättre i vardagen
- ✓ Du orkar studera bättre och du lär dig snabbare
- ✓ Din hälsa och kondis blir bättre

Sätt ett kryss på rutan varenda gång du rundar löpbanan!

- ✓ Varenda kryss ökar din energinivå och hela klassens byte





Uppgifter: Skolans löparbanas längd _____ m

- Hur många kryss behövs sammanlagt till
 - 5km distans? S: _____ kryss
 - 10km distans? S: _____ kryss
 - Halvmaraton (21,1 km)? S: _____ kryss
 - Maraton (42,2 km)? S: _____ kryss
- Hur många kryss samlade du sammanlagt under ____ vecka?
- Får hela klassen 100 kryss sammanlagt?

Har de så roligt!

