



Liebe Lehrerinnen! Liebe Lehrer!

Ab Herbst 2026 startet die neue **„Bewegte Klasse“-Challenge WINTERFIT** in Kooperation mit Ski Austria und der Skimittelschule Lilienfeld!

Unter dem Motto:

„Mach dich fit für den Winter mit Übungen des Ski Austria-Nachwuchses!“ erwarten Ihre Klasse abwechslungsreiche Bewegungsaufgaben zu Kräftigung, Körperspannung, Gleichgewicht und Koordination.

Die Übungen:

- sind direkt im Klassenzimmer durchführbar,
- eignen sich ideal als Bewegungspause im Unterricht,
- fördern Kooperation und Klassenklima,
- bieten unterschiedliche Schwierigkeitslevels (Level 1–3),
- sind für Primarstufe und Sekundarstufe 1 geeignet.

Die Challenge läuft über mehrere Wochen. Ziel ist es, gemeinsam als Klasse, am besten täglich Bewegungsaufgaben zu meistern und den Fortschritt auf dem Winterfit-Einreichblatt festzuhalten.

Zur Unterstützung stehen:

- Übungsbeschreibungen,
- Shortvideos mit Ski-Austria-Testimonials bzw. Schülerinnen und Schülern der Skimittelschule Lilienfeld,
- sowie ein übersichtliches Teilnahmeblatt im Berggipfel-Design.

Alle notwendigen Unterlagen und Links finden Sie unten über die QR Codes.

Wir freuen uns auf viele motivierte Klassen und wünschen viel Spaß beim gemeinsamen Winterfit-Training!

Das „Bewegte Klasse“-Team

Scannen und mitmachen!



Anleitung



Teilnahmeblatt



Videos



Einreichen

