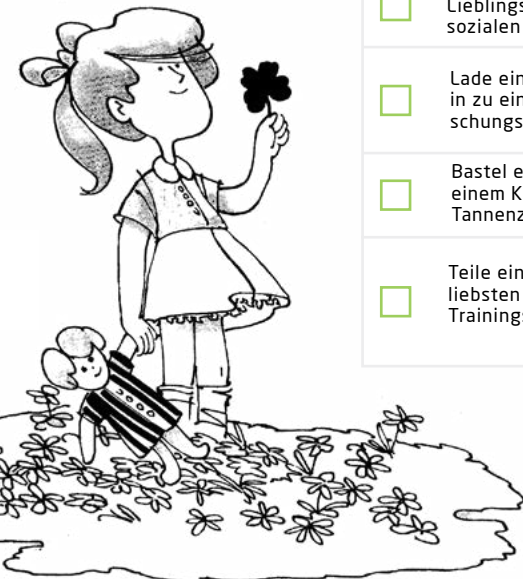


Lappset Challenge

Wir hoffen, unser 50-jähriges Jubiläum mit Dir zusammen begehen zu können. Schließe Dich unserer Challenge an und absolviere unsere 50 spielerischen und lustigen Aufgaben!



<input type="checkbox"/> Mach einen Purzelbaum	<input type="checkbox"/> Übe Yoga im Freien	<input type="checkbox"/> Baue eine Sandburg	<input type="checkbox"/> Wandere in der Natur	<input type="checkbox"/> Schlage ein Rad
<input type="checkbox"/> Bring einem Kind Dein Lieblingsspiel aus Kindheitstagen bei	<input type="checkbox"/> Zähle nach, wie viele verschiedene Baumarten es im Park um die Ecke gibt	<input type="checkbox"/> Geh zu Fuß oder nimm das Rad, anstatt das Auto oder den Bus zu benutzen	<input type="checkbox"/> Übe auf einem Spielplatz oder in einem Fitnesspark das Balancieren. Versuche auch, mit geschlossenen Augen zu balancieren	<input type="checkbox"/> Geh am Weltspieltag auf den Spielplatz! (28. Mai 2020)
<input type="checkbox"/> Verbringe einen Tag am Strand	<input type="checkbox"/> Erfinde ein neues Hof- oder Gartenspiel	<input type="checkbox"/> Lege zehn Meter im Kniebeugengang zurück	<input type="checkbox"/> Recycle nicht verwendete Sportgeräte	<input type="checkbox"/> Biete älteren Menschen Deine Hilfe an
<input type="checkbox"/> Trainiere an Outdoor-Fitnessgeräten anstatt zu joggen	<input type="checkbox"/> Organisiere tagsüber einen Tanz auf dem Spielplatz	<input type="checkbox"/> Versuche den Sonnengruß, „Surya Namaskar“, auszuführen	<input type="checkbox"/> Schlage einen Ort für einen neuen Spiel- oder Fitnesspark vor	<input type="checkbox"/> Bitte einen Freund, mit Dir in den Park zu gehen
<input type="checkbox"/> Lege 30 Meter im Krebsgang zurück	<input type="checkbox"/> Umarme einen Baum	<input type="checkbox"/> Mach einen Spaziergang im Regen	<input type="checkbox"/> Mach 20 Grätschsprünge	<input type="checkbox"/> Mach 20 Kniebeugen
<input type="checkbox"/> Lege einen bildschirmfreien Tag ein	<input type="checkbox"/> Mach einen 30-Sekunden-Plank	<input type="checkbox"/> Erstelle ein Spielplatz-Workout	<input type="checkbox"/> Teste die Schaukeln und Rutschen auf dem Spielplatz	<input type="checkbox"/> Veranstage ein Spielturnier auf dem Hof oder im Garten
<input type="checkbox"/> Teile ein Bild Deines Lieblingsparks in den sozialen Medien	<input type="checkbox"/> Geh mit älteren Menschen an die frische Luft!	<input type="checkbox"/> Lerne fünf verschiedene Pflanzenarten zu identifizieren	<input type="checkbox"/> Teile Dein Lieblingsworkout in den sozialen Medien	<input type="checkbox"/> Baue einen Schneemann oder mach einen Schneengel
<input type="checkbox"/> Lade eine/n Freund/in zu einem Überraschungspicknick ein	<input type="checkbox"/> Teile Dein Lieblingsspiel in den sozialen Medien	<input type="checkbox"/> Nimm Dir einen Moment Zeit und entspanne auf einer Bank im Park	<input type="checkbox"/> Geh mit dem Kind eines Freundes/einer Freundin oder eines/einer Verwandten auf den Spielplatz	<input type="checkbox"/> Finde einen neuen Ort zum Spielen oder Trainieren
<input type="checkbox"/> Bastel eine Kuh aus einem Kiefern- oder Tannenzapfen	<input type="checkbox"/> Verlege Dein Fitnesstraining an die frische Luft	<input type="checkbox"/> Veranstage ein Picknick auf dem Spielplatz	<input type="checkbox"/> Spring mindestens fünf Meter weit auf einem Bein	<input type="checkbox"/> Erfinde Deine eigene Körpergewichtsübung
<input type="checkbox"/> Teile ein Foto Deiner liebsten Spiel- oder Trainingsgeräte	<input type="checkbox"/> Suche einen hohen Spielturn und Klettere hinauf	<input type="checkbox"/> Wenn Du an der frischen Luft bist, sammle mindestens ein Stück Müll und entsorge es im Abfallbehälter.	<input type="checkbox"/> Werde zum Lokaltouristen und erkunde die Spiel- und Fitnessparks der Nachbargemeinden	<input type="checkbox"/> Nimm Dir einen Moment Zeit und erkundige Dich nach dem Befinden Deiner Nachbarin/Deines Nachbarn



Bist Du bereit, mehr Spaß in Dein Jahr zu bringen?

Arbeite Dich einfach durch die Lappset-Challenge-Liste, mach ein Foto oder Video und teile es mit uns unter Verwendung der Hashtags

#lappsetchallenge #lappset50 #lappsethaaste

Wir veröffentlichen die Inhalte, die Du mit uns teilst, in unseren Social-Media-Kanälen (Facebook: Lappset Group, Instagram: LappsetGroup) sowie auf unserer Website <https://www.lappset.com/lappset-challenge>.