



FÜR KITAS UND SCHULEN

# BEWEGUNGSAKTIONSTAG 5. OKTOBER 2021

EINE MEILE LAUFEN UND TOLLE PREISE GEWINNEN

Eine Aktion der Landesinitiative "Rheinland-Pfalz - Land in Bewegung" gemeinsam mit THE DAILY MILE

Seien Sie dabei und melden Sie Ihre Institution an

Bitte senden Sie das Anmeldeformular an:  
[Rheinland-Pfalz-Land-in-Bewegung@mdi.rlp.de](mailto:Rheinland-Pfalz-Land-in-Bewegung@mdi.rlp.de)

Anmeldefrist: 26. September 2021

Weitere Infos unter: [land-in-bewegung.rlp.de](http://land-in-bewegung.rlp.de)



RheinlandPfalz



Land in  
Bewegung

## INFORMATIONEN

Die Landesinitiative „Rheinland-Pfalz – Land in Bewegung“ ruft gemeinsam mit ihrer Partnerorganisation „The Daily Mile“ am 05. Oktober 2021 zu einem landesweiten Bewegungsaktionstag für Kitas und Schulen auf. Alle teilnehmenden Institutionen in Rheinland-Pfalz sollen an diesem Tag innerhalb der Klassenverbände oder in Kleingruppen eine Meile (1,6 km) oder 15 Minuten laufen.

## WAS IST THE DAILY MILE?

The Daily Mile ist eine inklusive, soziale und körperliche Aktivität, bei der Kinder in ihrem eigenen Tempo an der frischen Luft mit anderen rennen oder joggen. Die Kinder können, falls nötig, gelegentlich gehen, um die Belastungsintensität zu verringern, sollten jedoch versuchen, die vollen 15 Minuten durchzulaufen.

## TEILNAHME UND ABLAUF

Die Teilnahme ist einfach. Ohne großen organisatorischen oder zeitlichen Aufwand, sollen an diesem Tag Kinder und Jugendliche mit Spaß in Bewegung kommen. Die Institutionen sind frei in der Einbindung der 15-minütigen Bewegungseinheit. Diese kann beispielweise in einer Pause stattfinden oder als kurze bewegte Erholung in einer Unterrichtsstunde.

## GEWINNE FÜR IHRE INSTITUTION

Unter allen teilnehmenden Institutionen wird eine Schule oder Kita ausgelost, die am Aktionstag vom „The Daily Mile – Maskottchen“ besucht wird und die Kinder mit kleinen Geschenken überrascht. Zudem werden im Nachgang weitere Bewegungsaktionen von Partnern der Landesinitiative verlost. Dazu zählen der Fußballcourt des Kanälchers-Projektes der Fritz-Walter-Stiftung, das Spielmobil der Sportjugend Rheinland-Pfalz und eine Einführungseinheit ins Seilspringen mit „Skipping Hearts“.

**Alle Kinder, die am Aktionstag teilnehmen, erhalten das blaue Bewegungsmotivator-Armband der Landesinitiative sowie ein Teilnahme-Zertifikat.**

Rückfragen an:  
Kompetenzzentrum Land in Bewegung

 06131 16-3918



[land-in-bewegung.rlp.de](https://land-in-bewegung.rlp.de)



Rheinland-Pfalz-Land-in-Bewegung@mdi.rlp.de