



WIR SIND

in form
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

WAS UNSERE KINDER DARAN MÖGEN

MAIRI

Die Vorteile von The Daily Mile sind, dass es dich fit und gesund hält und Rennen Spaß macht. Die Teilnahme an The Daily Mile hält dich nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit. Es macht dich wach und hält dich glücklich, und zusätzlich kommst du auch noch an die frische Luft.

MILLIE

Ich mag The Daily Mile deshalb, weil es dich wach und bereit fürs Lernen macht.

MADISON

Du wirst körperlich fit, kannst an die frische Luft und es bringt dir gleichzeitig viele Vorteile. Es hilft dir außerdem, besser im Rennen zu werden.

AMY

Du wirst fitter und deine Beine werden stärker. Und du bekommst viel frische Luft.

MAYTHU

Du bekommst so viele gute Sachen durch The Daily Mile. Ich meine, 15 Minuten oder so draußen an der frischen Luft bringt enorm viele Vorteile und es wird umso besser für dich, körperlich und mental, wenn du eine ganze Meile rennst.

AQIB

Es stimuliert dich körperlich und mental, hält sich gesund und fit und es macht wirklich Spaß. Es hält dich außerdem aktiv. Es verbessert deine Fähigkeit zu rennen und macht dich wach.

GEMMA

The Daily Mile ist toll, weil es uns hilft, fit zu bleiben. The Daily Mile verbessert deine Kondition.

CAMERON

Es hilft deiner Ausdauer und Geschwindigkeit und macht darüber hinaus auch noch richtig Spaß.

JOEL

Ich mag The Daily Mile, weil es nach dem Mittag stickig wird und wir müde werden. Also rennen wir The Daily Mile und dann sind wir wieder wach und erfrischt. Außerdem hilft uns The Daily Mile viel fitter zu werden.

SOPHIE

Ich denke, ich profitiere von The Daily Mile, weil es mich körperlich, mental und emotional fit hält. Wir bekommen dadurch außerdem viel mehr frische Luft. Ich habe das Gefühl, dass es mich sehr gut wach macht.

NEVE

The Daily Mile ist gut für die körperliche Gesundheit. Außerdem bekommen wir frische Luft, weil es im Klassenzimmer manchmal sehr heiß werden kann. Und der letzte Punkt ist, dass es dir ein Gefühl von Freiheit gibt.

ANTHONY

The Daily Mile ist für uns körperlich und mental gut. Es macht dich stärker und hilft dir, überall zum Rennen bereit zu sein, ohne Seitenstechen zu bekommen. The Daily Mile ist auch für die Psyche gut. Jedes Mal, wenn wir von The Daily Mile zurückkommen, fühlen wir uns richtig gut. Es stimuliert außerdem unsere Gehirne.

ETHAN

Es ist gut, weil es uns hilft, eine positive Einstellung gegenüber Bewegung zu entwickeln.

CHLOE

Wenn du von etwas frustriert bist, hilft es, The Daily Mile zu laufen, weil es deinen Kopf frei und dich glücklich macht.

CLARE

The Daily Mile ist ein tolles Werkzeug, um dich fit zu halten und deine Ausdauer zu verbessern. Jeder kann mitmachen, was toll ist, weil es bedeutet, dass du mit anderen zusammen rennen kannst und dich gleichzeitig fit halten kannst. Normalerweise gehen wir um zwei Uhr raus, damit wir frische Luft bekommen und aus dem stickigen Klassenzimmer rauskommen.

ELLEN

Durch The Daily Mile bekommst du viel frische Luft, du hältst dich fit und bekommst die Chance, dich glücklich mit dir selbst zu fühlen. Einfach durch das Rennen von The Daily Mile werden Glücksgefühle in deinem Kopf freigesetzt. Das sind nur ein paar der vielen, vielen Dinge, die du durch The Daily Mile gewinnst.

KIRSTY

Durch The Daily Mile wirst du mental und körperlich fit. Die Muskeln in deinen Beinen werden stärker. Du wirst in der Lage sein, lange zu rennen.

MEGAN

Es ist gut an The Daily Mile teilzunehmen, weil es dir die Gelegenheit gibt, mit deiner Lehrkraft zu sprechen.

BROOKE

Es ist gut, The Daily Mile zu rennen, weil es dir hilft, deine sozialen Fähigkeiten aufzubauen.