



Checkliste Bewegung

Checkliste Bewegung	taglich	oft	selten/nie
Wie oft verbringt Ihr Kind seine Nachmittage komplett zuhause?			
Wie häufig nimmt Ihr Kind den Bus oder andere Verkehrsmittel, statt mit dem Fahrrad zu fahren oder zu Fuß zu gehen?			
Wird Ihr Kind häufig mit dem Auto zur Schule gefahren?			
Nimmt Ihr Kind oft den Fahrstuhl oder die Rolltreppe, anstatt die Treppe zu steigen?			
Wie oft sitzt es mehr als zwei Stunden vor dem Fernseher?			
Wie oft verbringt Ihr Kind Zeit vor dem Computer, statt mit Freunden zu spielen?			