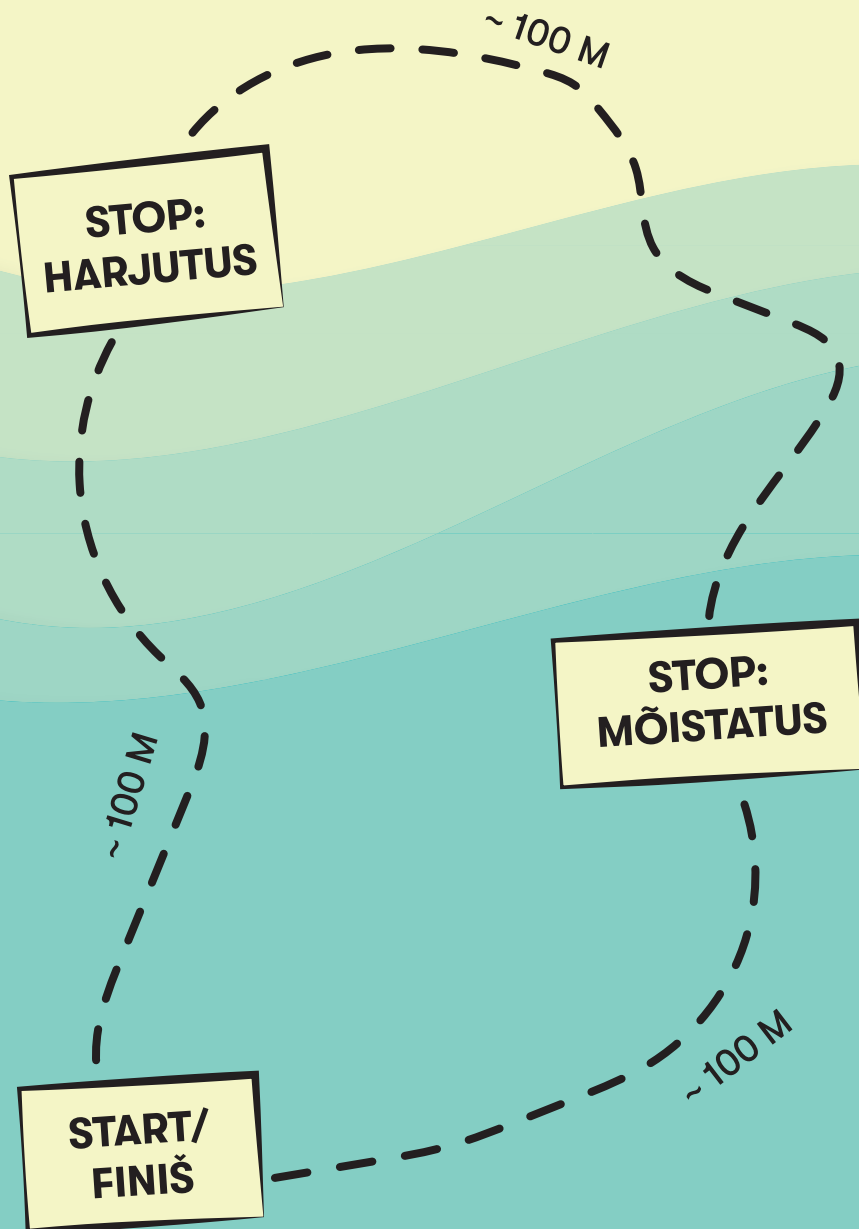




# TALLINNA MARATON

*Laste virtuaaljooks*



## KORRALDA LAPSELE ÄGE SPORDIPÄEV!

TALLINNA MARATONI LÖBUS SPORDIPÄEV KOOSNEB JOOKSUST, HARJUTUSEST JA MINI-VIKTORIINIST. ET LAPS SAAKS TÕELISE JOOKSUKOGEMUSE, PRINDI TALLE VÄLJA KA STARDINUMBER.

VALI TEGEVUSTE LÄBIVIIMISEKS PIISAVALT SUUR ALA, KUS SAAD VASTAVALT LAPSE VANUSELE TEHA SOBILIKU PIKKUSEGA JOOKSURINGI (VÄHEMALT 300M) KOOS HARJUTUSE-VAHEPEATUSEGA NING VIKTORIINIPEATUSEGA.

### HARJUTUSED:

- HÜPPA 10 KORDA NII KÕRGELE KUI SAAD
- TEE 10 SÜGAVAT KÜKKI
- TEE 5 KÜKIST ÜLES HÜPET
- 10 KOKKU-LAHKU HÜPET
- 10 KRABIASENDIS VARVASTE PUUDUTUST

### VIKTORIINI KÜSIMUSED:

- NIMETA 3 SPORDIALA
- NIMETA 1 MÄNG, MIDA SAAB TEHA PALLIGA
- MILLIST SPORDIALA TAHAKSID KUNAGI PROOVIDA
- NIMETA OMA LEMMIKMÄNG
- NIMETA 3 VÄRVI, MIS SU RIIETEL ON

JUHENDAJA SAAB VALIDA VASTAVALT LAPSE VÕIMEKUSELE NII HARJUTUSE/ HARJUTUSED KUI KA KÜSIMUSE/ KÜSIMUSED.