

# 10 Gründe für eine Veloaktivität

mobilesport.ch



## Die Teilnehmenden lernen mit einer Veloaktivität

- 1 einen gesunden und aktiven Lebensstil zu entwickeln.
- 2 sportlich aktiv zu sein.
- 3 den eigenen Körper in seiner Kraft, Beweglichkeit und unter körperlichen Belastungen kennen zu lernen.
- 4 ein nachhaltiges Fortbewegungsmittel zu nutzen.
- 5 neue und unerwartete Herausforderungen zu meistern.
- 6 selbstständig zu handeln (habe ich alle Materialien?).
- 7 sich in einer Gruppe zu bewegen, zu interagieren, respektvoll zu handeln und gemeinsam Sachen zu erleben.
- 8 sich respektvoll und sicher zu bewegen (z. B. Risiken und Gefahren einschätzen).
- 9 sich im Strassenverkehr zu bewegen und zu verhalten.
- 10 Spass zu haben in Umwelt und Natur.