



## Was ist The Daily Mile?

Eine **Bewegungsinitiative** – einfach, kostenlos und wirkungsvoll

- 15 Minuten Laufen oder Joggen im Freien
- 2-3 mal wöchentlich
- frei wählbar während der Unterrichtszeit
- verbessert die Kondition und Aufmerksamkeit unserer Kinder.

Weitere Informationen finden Sie auf [www.thedailymile.at](http://www.thedailymile.at)

## Warum The Daily Mile?



Es macht Spaß!



Es bietet hundertprozentige Inklusion – für jedes Kind.



Das Wetter ist ein Vorteil, kein Hindernis.



Keine spezielle Rennstrecke erforderlich.



Es ist ganz einfach.



Die Kinder laufen oder joggen im eigenen Tempo.



Keine spezielle Bekleidung, Ausrüstung oder Vorbereitungen erforderlich.



Es ist sicher, denn die Kinder laufen The Daily Mile in der Schule oder im Kindergarten.



Die Lehrerinnen und Lehrer bestimmen für ihre Klasse, wann The Daily Mile stattfindet.



Es dauert nur 15 Minuten!



[www.thedailymile.at](http://www.thedailymile.at), [info@thedailymile.at](mailto:info@thedailymile.at)

[@thedailymile.at](https://www.facebook.com/thedailymile.at) [@thedailymileAT](https://www.instagram.com/thedailymileAT)