

Spiel & Sport mit PIET



Erstausgabe

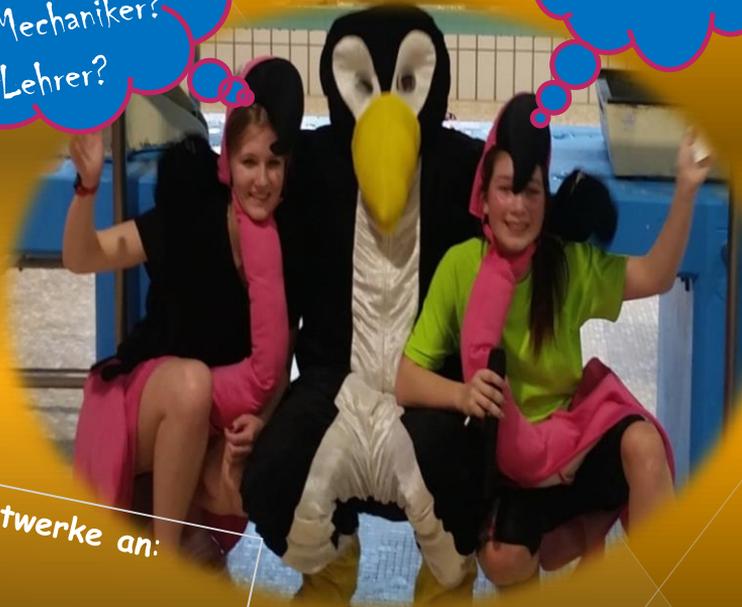


Liebe Kinder!

Fast ein Jahr ist es her „Karneval im Wasser“ und in diesem Jahr...ist alles ein bisschen anders. Es gibt einen „MAL- und BASTELWETTBEWERB“ zum Thema: PIET als XXX. Denkt Euch was nettes aus und schickt uns per Mail oder per Post Eure Kunstwerke. Natürlich warten auch wieder tolle Gewinne!

Sänger?
Mechaniker?
Lehrer?

Ballerina?
Koch?
Maler?



Schickt Eure Kunstwerke an:
piet @ sgsued.de
oder
Piet
bei Vanessa Gehring
Aplerbecker Str. 304
44309 Dortmund

Spiel und Spaß mit Hamza und David

Jeden Freitag treffen sich Kinder und Jugendliche zum gemeinsamen „zocken“. Du möchtest mitmachen? Kein Problem-Infos wie Du Dich anmeldest, findest Du weiter unten!

Allen hat es bisher sichtlich Spaß gemacht und Lina sagte folgendes als Feedback: " Es ist supertoll, dass Wir miteinander reden und spielen können, obwohl man sich nicht treffen darf".



Anmeldungen nimmt gerne
unser Vereinshandy per
WhatsApp:

0157 34 96 86 46

oder per Mail

Piet@sgsued.de entgegen



Fit mit PIET

Einen Luftballon auf einer Hand oder einem Finger balancieren, dabei in die Knie gehen und mit der anderen Hand den Boden berühren, hinsetzen und wieder aufstehen.

Auf den Bauch / Rücken legen und wieder aufstehen.

Einen Luftballon zwischen die Beine / Knie klemmen und

rückwärts
gehen

vorwärts
hüpfen

vorwärts
gehen

rückwärts
hüpfen

Einen Luftballon in die Luft werfen und wieder auffangen.
Einen Luftballon hochwerfen und versuchen, dass er die Decke berührt.

Einen Luftballon hochwerfen und versuchen, ihn hinter dem Rücken wieder aufzufangen.

mit beiden
Füßen

mit
einer/beiden
Händen

Einen Luftballon jonglieren

mit dem
Kopf

mit den
Knie'n

mit den
Ellenbogen

Kreidequadrat



Malt Euch ein Quadrat mit 4 Zahlen.

Mit diesem Spiel trainiert Ihr Eure Hand-Augen-Koordination und das Kopfrechnen. Um es zu spielen, braucht Ihr 3 Steine pro Spieler. Jeder Spieler wirft von der Startlinie, aus etwa 5 Meter Entfernung seine drei Steine und zählt die erzielten Punkte zusammen. Trifft er ein Zahlenfeld, so erhält er die darin vermerkte Punktzahl. Trifft er eine Linie zwischen zwei Zahlenfeldern, darf er beide Zahlen zusammenzählen, trifft er die Mitte, sogar alle vier Zahlen. Nach mehreren Durchläufen vergleicht Ihr die Punktzahl. Das Kind mit den meisten Punkten gewinnt.

Malt auch gerne PIET auf Euren Gehweg, wir laden es sehr gerne auf unsere Homepage! Mal sehen, wo wir PIET überall finden.



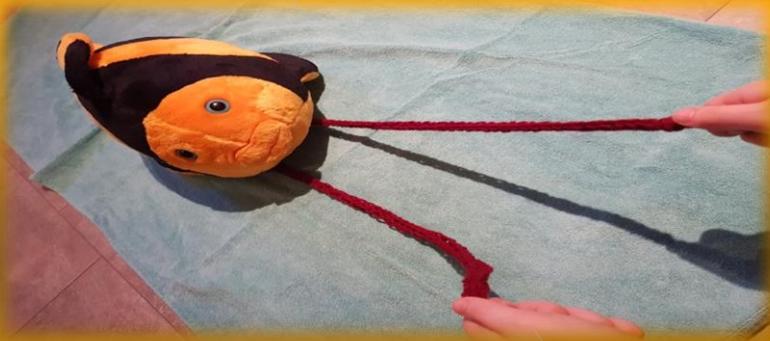
Boden-Dart

Wie wärs, wenn Ihr für Euer Dart-Spiel einmal die Zielscheibe auf den Boden malt und statt mit Pfeilen mit Steinen die Höchstpunktzahl zu erzielen versucht? Höchste Präzision ist auch bei dieser Spielvariante gefragt.

Schlittenfahrt

Ihr benötigt ein Springseil, ein Handtuch und eine/n Partner/in (Geschwister/Eltern...)

Legt das Handtuch auf den Boden, das Springseil gebt ihr Eurem Spielpartner und Ihr haltet die Enden in der Hand....und dann kann es schon losgehen.



Surfen im Wohnzimmer

PIET hat ein lustiges Video zum surfen im Wohnzimmer gefunden. Holt Euch schnell ein Handtuch und macht doch einfach mit.

www.youtube.com/watch?v=VDCP3utkn1o

PIET´S Lieblingsrezepte



PIET´s Vitaminschorle
 $\frac{1}{4}$ Liter Apfelsaft mit $\frac{1}{4}$ Liter Mineralwasser und 0,1 Liter Karottensaft vermischen. Probiert es doch mal aus, schreibt wie es Euch schmeckt.

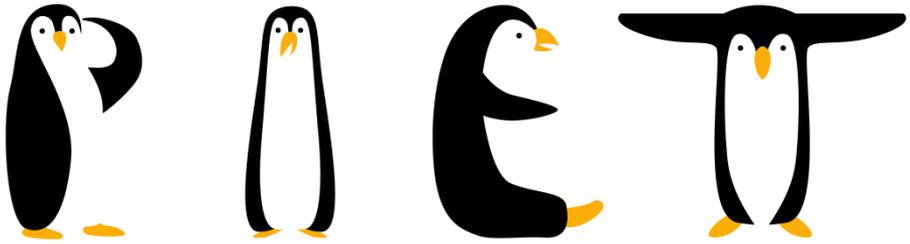


PIET´s Burger

Zutaten für 2 Burger:
2 Hamburgerbrötchen
150g Fischfilet z .B.
Kabeljau
1 Ei
50g Semmelbrösel
50g Quark
Verschiedene Kräuter
 $\frac{1}{2}$ Paprika oder Gurke
Etwas Zitronensaft
Salz
Etwas Mehl
Öl



Zuerst wäschst Du das Fischfilet unter kaltem Wasser und tupfst es mit Küchenpapier trocken. Anschließend mit Zitronensaft beträufeln und salzen. Den Fisch erst in Mehl, dann im verquirlten Ei und zum Schluss in Semmelbrösel wenden. Nun in der heißen Pfanne mit Öl braten.
In der Zeit kannst Du den Quark mit Deinen Lieblingskräutern vermischen. Die Paprika oder Gurke waschen und in Scheiben schneiden.
Die Hamburgerbrötchen aufschneiden und mit dem Quark und den Paprikascheiben bzw. Gurkenscheiben belegen.
Nun noch das gebratene Fischfilet auf´s Brötchen - Deckel zu und abbeißen.....hmmm lecker!



**Euch hat diese Zeitschrift gefallen?
Oder auch nicht? Dann schreibt uns doch
Eure Meinung, Verbesserungsvorschläge,
Lob oder Tadel an:**

**piet@sgsued.de
oder per WhatsApp: 0157- 34 96 86 46**

**Was Euch in der nächsten Ausgabe
erwartet...**



Impressum
Angaben gemäß §5TMG
Schwimmgemeinschaft Dortmund- Süd 1983 e.V.
Diakon-Koch-Weg 6 44287 Dortmund Vertreten durch den
Vorstand nach §26 BGB
Detlev Blase Thorsten Burbach Karen Berndt Günter Miele
Registergericht: Amtsgericht Dortmund
Registernummer: Vereinsregister Nr. 3156
UStID-Nr. gemäß §27a Umsatzsteuergesetz: DE248290449
V.i.S.d.P. §55 Abs. 2 RStV
Detlev Blase Diakon-Koch-Weg 6 44287 Dortmund
Foto: SG Dortmund Süd

