



Die Landshuter Umweltmesse™ 2025 ist erneut ein außerschulischer Lernort!

Modul: „Gesund und Fit“

Anbieter: KKH Kaufmännische Krankenkasse, Gebietsleiter Markus Fohrer

Dauer: ca. 50 Min. (**zwei** Klassen pro Einheit möglich)

Zielgruppe: 3. bis 8. Klasse

Inhalte:



Die Handkraftmessung:

Messung der Kraftwerte der Hände zur Ermittlung erster Hinweise auf die körperliche Verfassung

Der Lungenfunktionstest:

Lungenerkrankungen sind weiter auf dem Vormarsch. Der Lungenfunktionstest bietet den Kindern die Möglichkeit, über eventuelle Einschränkungen der Lungenfunktion informiert zu werden. So können präventive Maßnahmen rechtzeitig greifen.

Balance Board – Koordinationstest:

Überprüfung und Beurteilung der Koordinationsfähigkeit und Körperstabilität

Blazepod® – Reaktions- & Koordinationstest:

Spielerisches Training und Ermittlung der Koordinations-, Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit sowie der Neuroathletik

Fit@work – Mit dem Fitnessband:

Praktische Durchführung von Übungen mit dem Fitnessband zur Kräftigung und Mobilisation