



Limes bewegt  
sich

# Limes bewegt sich

## 24 - 24 - 24



Ab **24.**, an mind. **24** Tagen, mind. **24** Stunden Bewegung

+

Spende an das Palliativprojekt „Kleine Riesen“  
Kinder und Jugendliche, die an Krebs oder anderen  
lebensbedrohlichen Erkrankungen leiden

[www.kleine-riesen.net](http://www.kleine-riesen.net)

Was ist erlaubt?

Spaziergehen, Walken, Laufen, Laufband

Bei Kindern ist jede Bewegung erlaubt!

Vom Spielplatz bis hin zum Zimmerfußball!

Zeitraum: 24.12.2021 bis Ende Januar

STRAVA APP ist wünschenswert, jedoch nicht unbedingt erforderlich  
Bis spätestens 1. Februar 2022 ist das 24-24-24 Bewegungsblatt an  
[eijs1234@web.de](mailto:eijs1234@web.de) zu mailen.

Startgeld = geht zu 100% an das Palliativprojekt „Kleine Riesen“

DJK Limes 09, DE11 7215 0000 0021 0524 36 bei der Sparkasse Titting,  
Limes bewegt sich 24-24-24

Erwachsene 10 Euro Familien 20 Euro

Wertung für Kinder

- ❖ Kinder/Jugendliche mit mindestens 24 Bewegungsstunden bekommen ein Geschenk und in den Lostopf!  
Zudem werden noch drei Gewinner aus dem Lostopf ermittelt und erhalten einen Rucksack!

Wertung für Erwachsene

- ❖ Die drei Erwachsenen mit den meisten Bewegungsstunden erhalten einen Rucksack!
- ❖ Wer legt in einer Stunde die meisten Kilometer zurück?!
- Gewinner erhält ebenfalls einen Rucksack!