Ein Bild, das Design enthält.

KI-generierte Inhalte können fehlerhaft sein.**#klassenlagerblog #sport #fitness**

Ihr seid ein Team von Fitnessblogger:innen Eure Aufgabe ist es, täglich eine sportliche Challenge zu veröffentlichen und möglichst viele dafür zum Mitmachen zu bewegen. #lagerleben #sport #challenge #fitness

Bloggerin 2: lorem ipsum

Bloggerin 3: lorem ipsum

**Daily Fitness Challenge:** Kreiert eine sportliche Tagesaufgabe, die physisch und innerhalb eines Tages bewältigbar ist. Instruiert und fordert eure Community auf, dabei mitzumachen und eigene Erfolge, Tipps & Tricks oder Weiterentwicklungen zu teilen.

Bloggerin 2: lorem ipsum

Bloggerin 3: lorem ipsum



**Achtsamkeit:** Hin und wieder hilft auch ein Input zum Entspannen, Fokussieren oder Meditieren. Die tägliche Aufgabe soll durch Bewegung und/oder eine alltagstaugliche Achtsamkeitsübung zum Mitmachen anregen.

Bloggerin 2: lorem ipsum

Bloggerin 3: lorem ipsum



**About**

Beim Fitness-Team dreht sich alles rund um die tägliche Bewegung für das persönliche Wohlbefinden. Die Fitness-Blogger:innen leiten während dem Lager/der Projektwoche zu einer aktiven und achtsamen Alltagsbewältigung an. Mit kleinen Tageschallenges motiviert ihr die Community mitzumachen und aktiv zu werden.

Das Format der Beiträge kann frei gewählt werden… Fotos, Reels oder Video – ihr entscheidet.

Ihr seid jeweils drei bis vier Personen pro Tag. Besprecht im Voraus, welche Tageschallenges angeboten werden sollen und wie ihr möglichst alle damit erreichen könnt. Jede Person bekommt eine Zuständigkeit, eine Tageschallenge und verantwortet den entsprechenden Post. So entsteht täglich 1 Post mit #sport.

Sprecht euch ab, wie ihr eure Posts umsetzen möchtet und unterstützt euch in der Gruppe. Überlegt euch auch, wie ihr, während die Challenge läuft, motivieren und Erfolge feiern könnt. Obschon ihr einzelne Verantwortlichkeiten habt, seid ihr als Team für das Tagesergebnis verantwortlich.

Es gibt viele Möglichkeiten Challenge-Posts zu machen. Kennt ihr Content-Creators, welche ähnliche Inhalte verbreiten? Schaut diese an und diskutiert, was gute Beiträge ausmacht.

**Bitte beachten…**

* Auf opostum.ch findet ihr den Kurzbeschrieb zu eurer Aufgabe.
* Überlegt euch vor jedem Post:
  + Was posten wir?
  + Wen posten wir?
  + Haben wir die Personen gefragt, ob es für sie in Ordnung ist?