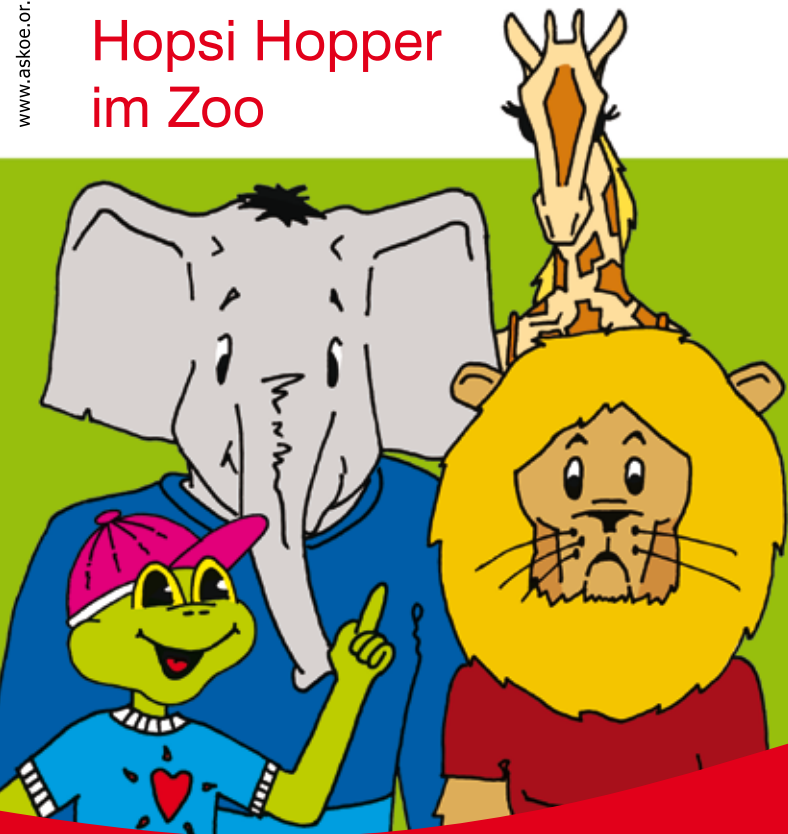


Hopsi Hopper im Zoo



Liebe Eltern und Großeltern,
KindergärtnerInnen und VolksschullehrerInnen
sowie ÜbungsleiterInnen im Sportverein!

Ich bemühe mich mit meinen Aktionen die körperliche und seelische Fitness unserer Kinder zu fördern. Natürlich spielt dabei Bewegung eine sehr wichtige Rolle. Gute Freunde sind für das Wohlbefinden ebenso bedeutend. Denn wo sportlich aktive Freunde sind, gibt es keine Langeweile mit negativen Folgen.

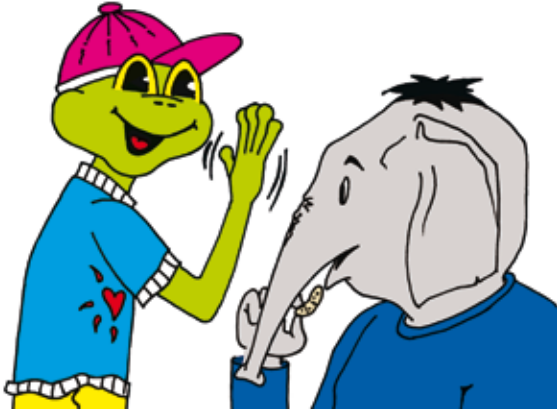
Die Sportfreundegeschichte für Kinder im Alter von 5 bis 8 Jahren soll dazu anregen dieses Thema miteinander zu besprechen.

Motto: „Fit - Komm mit. Gemeinsam.“

Gute Unterhaltung!



IHR HOPSI HOPPER

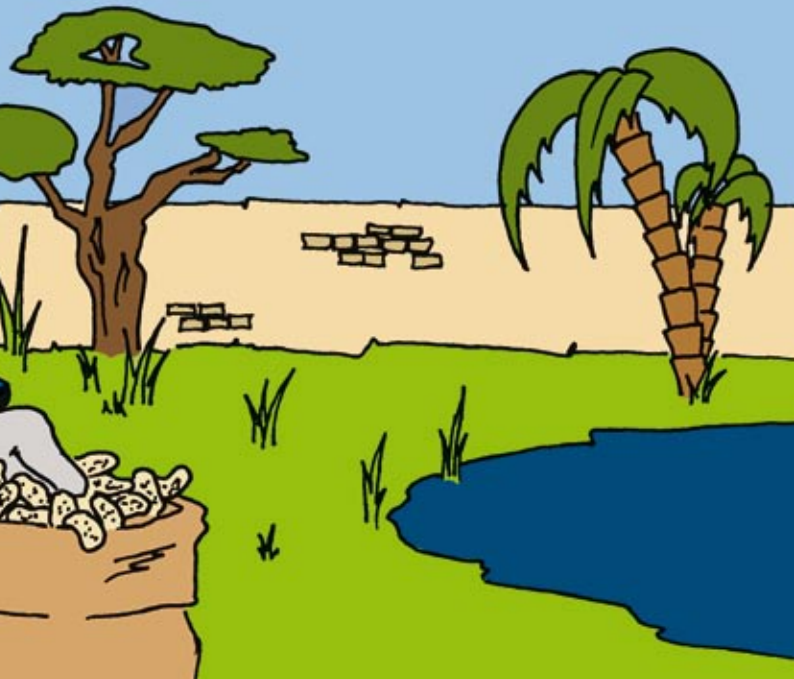


Hopsi Hopper im Zoo

Eine Geschichte von
MMag. Marlies Malzer

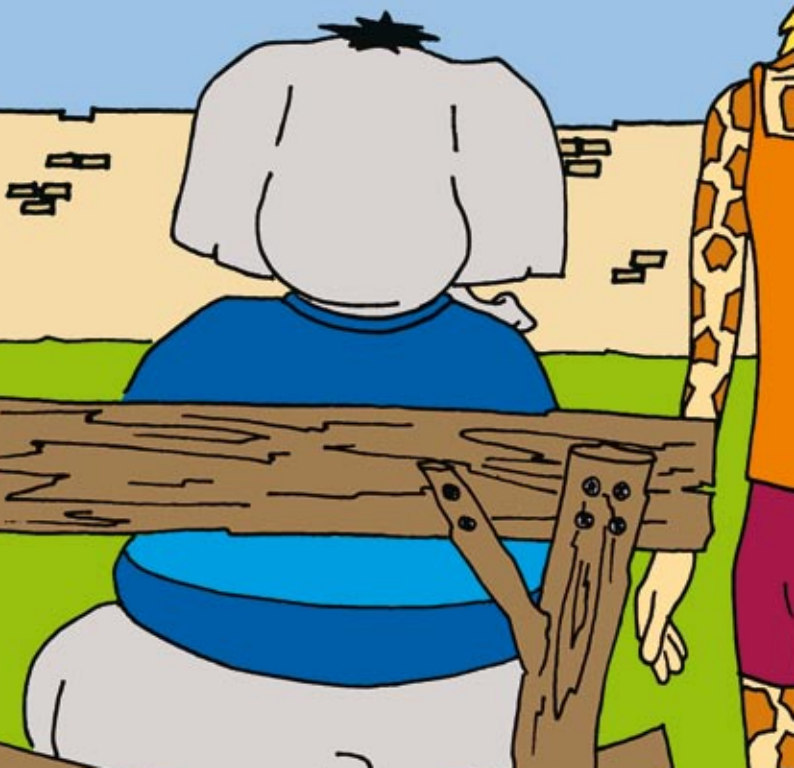


An einem schönen Sommertag sitzt Elefant Bambo im Schatten an der Wasserstelle im Zoogehege. Er saugt eine Erdnuss nach der anderen mit seinem Rüssel auf und stopft sie in sein Maul. Gierig wartet er den ganzen Tag auf all die Kinder, die ihm viel leckeres Essen ins Gehege werfen.



Plötzlich hört er die kleine Giraffe Layla rufen: „He Bambo, hast du nicht Lust mit uns fangen zu spielen?“

„Layla, lass ihn doch, so dick wie der ist, kommt er uns ja eh nicht nach“, murrte Leo, der Löwe.



Und schon laufen die beiden wieder lachend davon. Bambo wird ganz traurig. Eine riesige Elefantenträne rollt ihm über das Gesicht.



Da kommt ein Frosch vorbei, sieht den einsamen, traurigen Bambo und quakt: „He du, wie heißt du denn?“ „Bambo, und du?“

„Ich bin Hopsi Hopper, der ASKÖ-Fit-Frosch. Warum sitzt du hier und spielst nicht mit den anderen Tierkindern?“

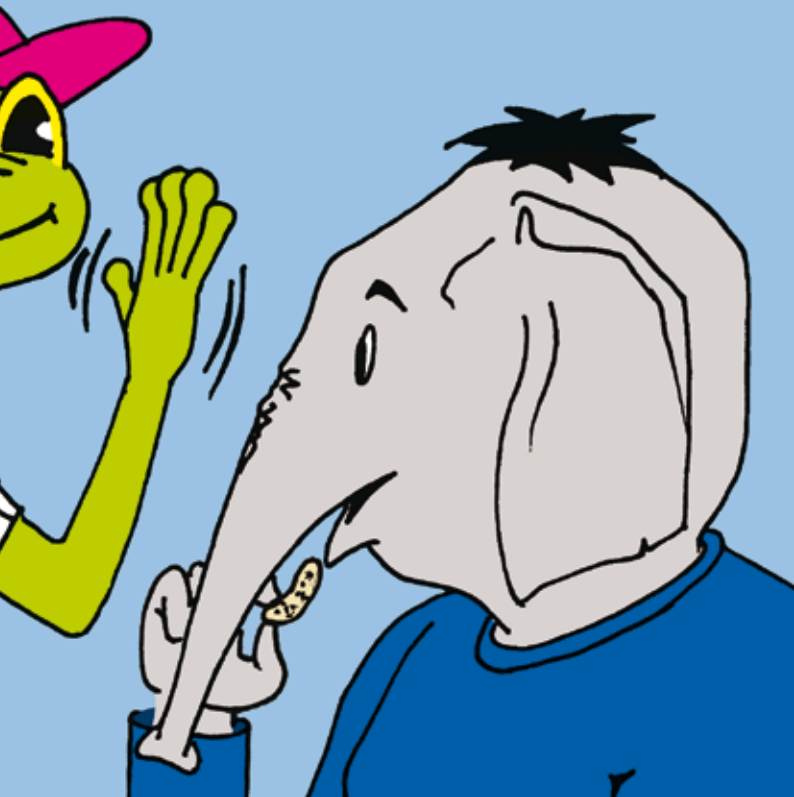
„Die wollen nicht mit mir spielen. Sie sagen, ich bin dick, schwer und träge“, sagt Bambo mit trauriger Stimme.

„Was machst du denn dann den ganzen Tag so alleine?“, fragt Hopsi Hopper.

„Erdnüsse essen - das ist mein Hobby“, und dabei strahlt Bambo über das ganze Gesicht.



„Aber wenn du den ganzen Tag nur isst und dich nicht bewegst, wirst du ja noch träger“, antwortet Hopsi Hopper. „Na und“, sagt Bambo und stopft trotzig weiter Erdnüsse in sein Maul.







„Willst du mit mir mitkommen? Drüben am Fluss möchte ich so gern ein Baumhaus bauen, aber alleine schaffe ich das nicht. Ich brauche jemanden, der groß und stark ist.“ „Größer und stärker als der Frosch bin ich auf jeden Fall“, denkt sich Bambo und geht mit.





Die folgenden Wochen spielen die beiden oft gemeinsam im Wald und bauen viele Stunden an ihrem Baumhaus. Hopsi Hopper lernt Bambo viele verschiedene Bewegungsspiele. Bambo und Hopsi Hopper werden gute Freunde.



Bambo macht es Spaß, sich beim Spielen zu bewegen und er vergisst dabei ganz auf seine so geliebten Erdnüsse. Von Tag zu Tag wird Bambo immer fitter und er hat auch ein neues Hobby gefunden - mit Hopsi Hopper Federball spielen.

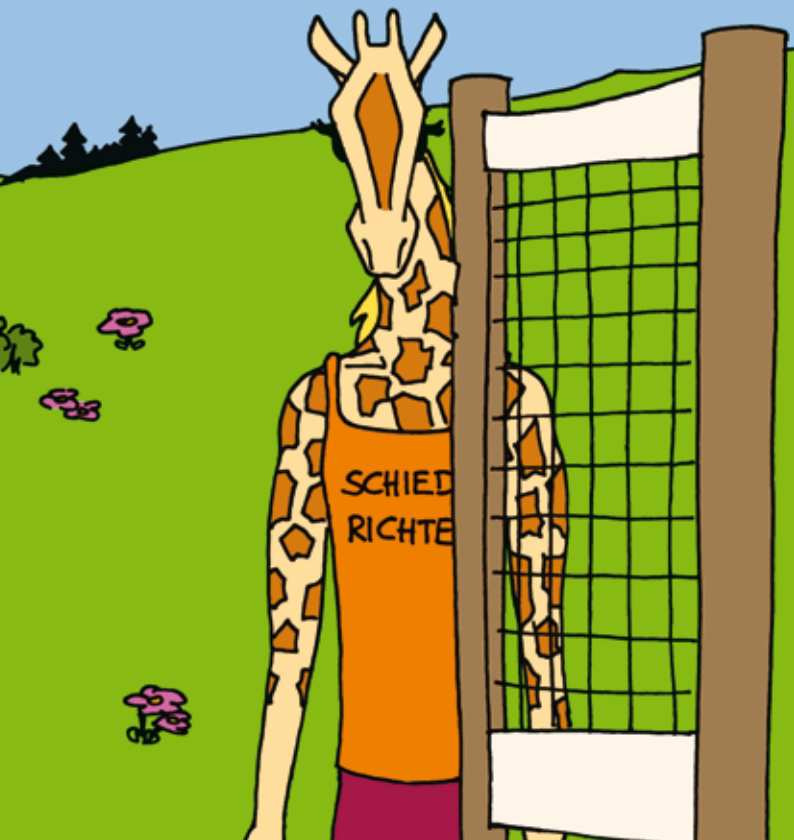


Als das Baumhaus fertig ist, kommen auch die anderen Tiere vom Zoo vorbei um es zu betrachten. Alle sind vom tollen Baumhaus neben dem Fluss begeistert.

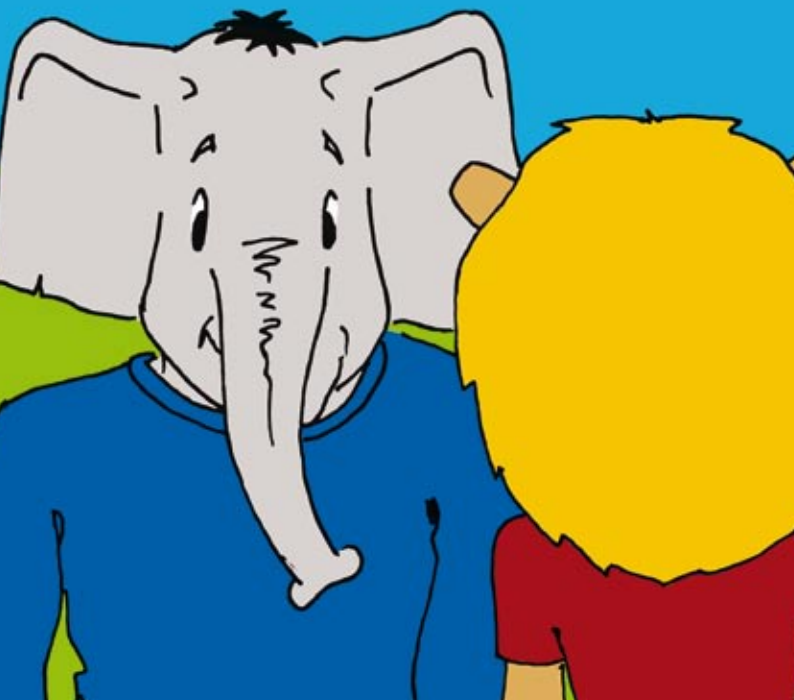




Hopsi Hopper und Bambo laden alle auf ein gemeinsames Federballspiel ein. Als Bambo das Spiel gewinnt, fragt Leo: „Bambo, seit wann bist du denn so geschickt und flink?“



„Ich bin groß, stark und flink“, sagt Bambo stolz und strahlt Hopsi Hopper über das ganze Gesicht an. Seit diesem Tag hat Bambo sein altes Hobby, das Erdnüsse essen, aufgegeben, um jeden Tag mit den anderen Tierkindern viele verschiedene Spiele zu spielen.



Eine Generation der Computer-Kids wächst heran. Bewegungsmangel ist Risikofaktor Nr. 1 für viele Erkrankungen.

Ein Drittel der VolksschülerInnen ist übergewichtig und hat Haltungsfehler.

Starten wir doch gemeinsam in eine gesündere Richtung. Gestalten wir die Bausteine des Lebens gesundheitsbewusster!

Das Ziel: Gesund aktiv –
Aktiv gesund.
Fit – Komm mit Hopsi Hopper.

Mit lieben Grüßen,
dein Fitness- und Gesundheitsfrosch von ASKÖ-FIT



**Weitere Infos zur Musik-
CD „Kinderlieder für mehr
Bewegung“ unter Tel.
01/869 32 45-15.**

gefördert von



Herausgeber: ASKÖ - Referat für Fitness & Gesundheitsförderung,
5023 Salzburg, Parscherstraße 4, Tel: 0662/451 124-16,
e-mail: malzer@askoe-salzburg.at.

Für den Inhalt verantwortlich: MMag. Marlies Malzer. Gestaltung und
Illustrationen: SHW – Stephan Hiegetsberger Werbegrafik Design GmbH.

1. Auflage – 2006