

Lehrer bleiben länger jung

Beitrag von „Lyna“ vom 21. April 2012 22:51

13. Der Aufsichts-Effekt: Ob auf dem Schulhof bei Wind und eisigen Temperaturen oder Busaufsicht nach 13.00h bei 30 Grad im Schatten - frische Luft und Sonnenschein für einen jungen Teint.

14. Der Lauf-Effekt: 1/2 Stunde im 3. Stock des Altgebäudes, dann große Pause im Neugebäude Aufsicht, runter in den Keller zur 3. Stunde , wieder eine Treppe rauf ins Erdgeschoss im selben Gebäude - Treppenlaufen hat schon immer die Leistung gesteigert und für stramme Waden gesorgt.