

CrossFit

Untersberg

Kraftwerk

homeWOD BINGO

special Edition

Frühjahrsputz CrossFit Style	Yoga 30min	backe einen Kuchen & teile ihn	mach eine Rad- tour 1-2h
Familie & Freunde anrufen	get creative! malen, basteln, musizieren	ausmisten! werde Altlasten los	einen ganzen Tag gesund und frisch kochen & essen
spring ins kalte Wasser: trau Dich in die Königsseeache oder Alm	mach Dir einer lieben Person eine Freude & überrasche sie	welche 5 Eigen- schaften magst Du an Dir? schreibs für Dich auf!	nimm Dir ein Buch, das Dich interessiert & lies es!
spiele ein Spiel mit jemandem	dreh die Musik laut auf & tanz dazu	den Tag ohne Handy starten & erst um 10:00 einschalten	erkunde Deine Wohngegend zu Fuß & entde- cke Ecken, wo Du noch nie warst