

fit4future Teens: Wenn Schule Angst macht

Liebe Schülerin, lieber Schüler,

fühlst Du Dich gerade vor wichtigen Prüfungen schlecht? Ist Dir vielleicht übel, hast Du Kopfweg oder andere Beschwerden? Dann steckt womöglich mehr dahinter als eine Infektion. Denn nicht nur Viren und Bakterien, sondern auch Angst können Dich krank machen.

Im Teens-Blog erfährst Du diese Woche, wie Du mit Schulangst umgehen kannst, welche Taktik dabei hilft – und welche nicht.

[>> Lies die Infos dazu diese Woche im Teens-Blog](#)

Und auch diese Woche warten wieder neue Mitmach-Videos auf Dich. Mit unseren fit4future-Botschaftern – bekannten Sport-Stars – und unseren Head-Coaches. Mach Deinen Kopf frei mit einer kurzen Bewegungspause!

[>> Klick hier für die Video-Playlist](#)



Liebe Grüße
Dein fit4future-Team

Besuche uns auf Social Media und bleib auf dem Laufenden!

