Ausgabe 4

Superfriends

DAS ABENTEUERMAGAZIN VON superfit

WEIHNACHTS-GESCHICHTE:
Lies, wie unsere superfriends Weihnachten feiern.



FRENCH TOAST BITES



klima waNdeL
Wie können wir unsere Erde schützen?



EisBär Fakten
Seite 10

DR. ZWICK
Unser Berater für Kinderfüße
Seite 9

RÄTSELSPASS!
Knifflige Aufgaben für Groß und Klein!
ab Seite 4

SCHNEEMANN
Ausschneiden, aufkleben, fertig!
Seite 18









Kinderschuhe von superfit:

supercoooool!



Hey Kids, seid ihr bereit für Abenteuer?

Eure superfriends sind es – und sie haben einen Geheimtipp: Schuhe von superfit! Warum? Weil sie genau für eure Füße gemacht sind. Sie passen perfekt und helfen, dass eure Füße gesund wachsen.

Mit superfit könnt ihr alles erleben:

♥ Drinnen in kuschelig-warmen Hausschuhen herumtoben
♥ Draußen mit coolen Sneakern durch raschelndes Laub laufen
♥ Und wenn es schneit: Schneeballschlachten und Winterspaziergänge in superwarmen Boots

Egal, ob Herbst oder Winter –
für jedes Abenteuer gibt es euren Lieblingsschuh!







Hallo liebe superfriends Fans,

wir freuen uns, euch die neue Ausgabe zu präsentieren. Dieses Mal dreht sich alles um die besinnliche Jahreszeit. Lest unsere außerirdische Weihnachtsgeschichte und genießt dabei unsere superleckeren French Toast Bites. Im Eisbären-Special erfahrt ihr Spannendes über die Könige der Arktis, und für unsere Rate-Füchse haben wir wieder viele knifflige Rätsel zusammengestellt.

Auf geht's! Schnappt euch Schere, Kleber, Buntstifte und Schürze und lasst uns gemeinsam lesen, rätseln, basteln und backen!

Viel Spaß wünscht euch
euer superfriends Team

Viel Spaß!



PEFC
PEFC/06-39-08
PEFC-zertifiziert
Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen
www.pefc.de

EU Ecolabel
www.ecolabel.eu
EU Ecolabel : AT/053/005

Impressum:

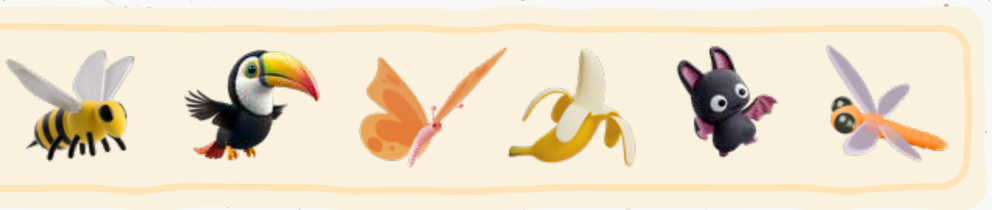
Das superfriends Magazin erscheint zwei Mal jährlich.
Herausgeber: Anschrift: Legero Schuhfabrik GmbH; Legero-United-Straße 4; 8073 Feldkirchen bei Graz; Österreich; E-Mail: marketing@legero-united.com; Telefon: +43 316 429 100-0; URL: superfit.com | **Redaktion:** superfit Marketing; Jürgen Garneyer | **Art Direktion/Grafik:** Claudia Kampitsch | **Projektmanagement:** Manuela Sobotka; Anja van den Oever | **Lektorat:** Johannes Payer | **Produktionsleitung:** Manuela Sobotka | **Rezeptfotos/Rezeptkonzeption & Food-Styling:** Michaela Hughes („flowersinthesalad.com") | **DIY-Fotos/Set:** Anja van den Oever; Andrea Diex | **Fotos:** Shutterstock; Adobe Stock; Bazzoka Creative; wild und wunderbar; superfit; ChatGPT (OpenAI); Nano Banana (Google) | **Illustrationen:** Shutterstock; Adobe Stock; Foreal; ChatGPT (OpenAI); Nano Banana (Google) | **Druck:** Walstead Leykam Druck GmbH; Bickfordstraße 21; 7201 Neudörfl; Österreich | **Bezug:** kostenlos über Schuhfachhandel | Alle Angaben ohne Gewähr.

© Legero Schuhfabrik GmbH | Nachdrucke und Vervielfältigungen, gleich welcher Art, sind – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers gestattet und honorarpflichtig. Bitte sammeln Sie Altpapier für das Recycling.

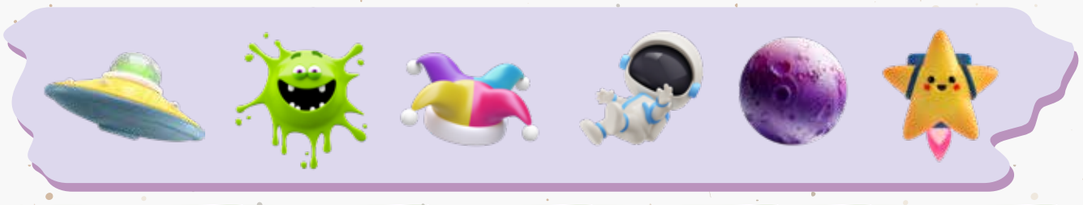
Bilder wirr warr

Welches Bild passt nicht dazu?

In jeder Reihe siehst du sechs Bilder. Fünf davon gehören zusammen – aber eins passt nicht dazu. Schau genau hin und finde heraus, welches Bild nicht in die Gruppe gehört!













Auflösung auf **Seite 18**

GeheimePost

Auf der Spur der magischen Botschaft

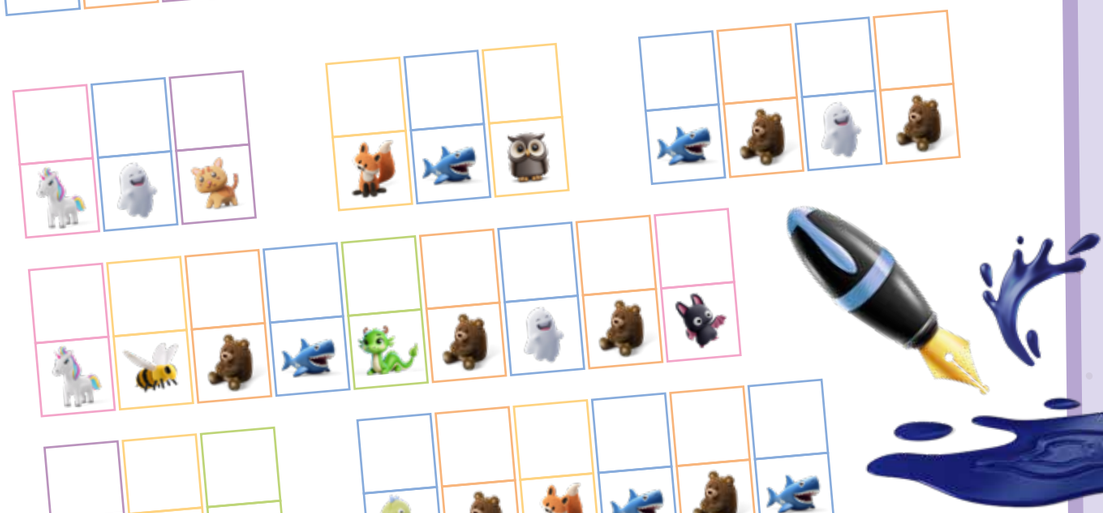
Hilf den Tieren dabei, die richtigen Buchstaben zu finden! Jeder Buchstabe des Alphabets gehört zu einem superfriend. Schaue dir die obere Übersicht genau an. Dort siehst du, welcher superfriend zu welchem Buchstaben passt.

Am Ende ergibt sich aus den gefundenen Wörtern ein geheimer Satz – kannst du die versteckte Nachricht entschlüsseln?

Viel Spaß beim Knobeln!







Auflösung auf **Seite 18**

superfit

LabYrinth?

Wo ist der Bär?

Sebastian, der Fuchs, hat sich mit seinem Freund Nick, dem Bären, zum Angeln am Teich verabredet. Doch er hat sich verlaufen! Hilf Sebastian, den richtigen Weg durch das Labyrinth zu finden!





Auflösung auf **Seite 18**

Ich heiße:
Sebastian

Hier lebe ich:
Im Wald, zwischen alten Bäumen, in einer gemütlichen Höhle

Meine Augenfarbe:
Glänzend schwarz

Meine Fellfarbe:
Mein kuscheliges Fell ist rotbraun und weiß, und meine Pfoten sind schwarz

Mein Lieblingsessen:
Saftige Waldbeeren und „Gebackene Mäuse“ aus luftig-leichtem Hefeteig

Mein Lieblingsbuch:
„Die Schule der magischen Tiere“ – Ida und ihr Fuchs Rabbat sind einfach ein tolles Team

Mein Lieblingsfilm:
„Zoomania“ – mit Nick, dem schlauen Fuchs

Meine Hobbys:
Verstecken spielen, den Wald erkunden, Geschichten erfinden und abends den Sternenhimmel beobachten

Meine Freunde sagen über mich:
Sebastian, du bist so neugierig, und dir fällt immer etwas Spannendes ein

Mein größter Held:
Robin Hood – der Fuchs, der mutig den Armen hilft und für Gerechtigkeit kämpft



Was ich mag:
Durch Laubhaufen springen und mit Freunden spannende Abenteuer erleben

Was ich nicht mag:
Laute Menschen im Wald und Langeweile

Was ich einmal werden möchte:
Polizist, damit ich auch für Gerechtigkeit sorgen kann

Das wünsche ich euch:
Traut euch, neugierig zu bleiben, habt Spaß beim Entdecken und erlebt viele Abenteuer mit euren Freunden

Mein Lieblingsschuh:

FLUMMI
Auch in weiteren Farben erhältlich.



Klima waNdeL

Der superfit Umweltplan
gut zu fuß & natur

Was ist der Klimawandel?

Es gab schon immer Zeiten, in denen es mal wärmer oder kälter war. Allerdings passierte das über einen sehr, sehr langen Zeitraum. Genauer gesagt: über mehrere tausend Jahre. Es war also lange genug Zeit, dass sich die Umwelt darauf einstellen und entsprechend anpassen konnte. Aktuell wandelt sich das Klima sehr viel schneller, als es der Erde, uns Menschen, den Tieren und Pflanzen aber guttut.

Der Treibhauseffekt

Hast du schon mal vom Treibhauseffekt gehört? Sonnenstrahlen gelangen dabei auf die Erde und erwärmen diese. Von der Erde prallen die Sonnenstrahlen zurück ins Weltall. Dabei werden sie aber von der Atmosphäre aufgehalten und wieder zurück auf die Erde geschickt. Das ist ein natürlicher Vorgang, der verhindert, dass es auf der Erde eiskalt wird – so wie bei dem Film „Ice Age“. Der natürliche Treibhauseffekt ist also gut. Wir Menschen verstärken aber den Treibhauseffekt durch die vielen Fabriken, Autos und Flugzeuge. Dadurch wird die Erde viel zu schnell warm, und das hat schlimme Folgen. Eis und Gletscher schmelzen, der Meeresspiegel steigt, und es gibt öfter sehr starke Stürme, lange Trockenzeiten oder gefährliche Überschwemmungen.



Keine Sorge, wir Menschen können einiges tun, um unseren Planeten zu schützen. Dazu müssen wir schauen, dass weniger schädliche Gase in die Luft kommen. Das schaffen wir zum Beispiel mit mehr Strom aus Sonne und Wind oder indem wir weniger mit dem Auto fahren. Selbst du kannst mithelfen. Hier ein paar Tipps für dich und deine Familie:

Wasser sparen:

Lass das Wasser nicht unnötig lange laufen, während du dir die Zähne putzt, und dreh das Wasser beim Einseifen in der Dusche ab.

Blumen pflanzen:

Du kannst im Garten oder auf einer anderen Grünfläche bienenfreundliche Blumensamen säen.

Nichts verschwenden:

Verwende Papierblätter mehrmals, wirf Essen nicht unnötig weg und schalte das Licht ab, wenn du es nicht mehr brauchst.



Dr. Zwick ist Kinderorthopäde

und Teil des superfit Expertenteams.

Unsere Kinderreporterin Elena hat sich mit ihm über die Besonderheiten von Winterschuhen unterhalten.



Elena: Mein kleiner Bruder ist ein Jahr alt. Er beginnt jetzt zu gehen. Braucht er schon einen Winterstiefel?
Dr. Zwick: *Hallo Elena! Natürlich, Winterstiefel sind immer sinnvoll, wenn es draußen richtig kalt ist. Auch dein kleiner Bruder braucht gute Winterstiefel. Diese sollten mit einer flexiblen Sohle ausgestattet sein. Eine gute Griffigkeit ist wichtig. Vor allem müssen die Schuhe aber die Füße deines Bruders schön warmhalten.*

Also robuste Winterschuhe, die gleichzeitig flexibel und warm sind – gibt es sowas überhaupt?
Aber klar doch. Daher muss man beim Schuhkauf nicht nur auf das Obermaterial achten, sondern vor allem auch auf die Sohle. Viele denken: Guter Halt im Schuh bedeutet eine feste, steife Sohle. Das stimmt aber nicht. Heutzutage gibt es Technologien, um einen Schuh trotz einer sehr guten, starken Sohle wirklich sehr flexibel herstellen zu können.

Ich verstehe. Hast du sonst noch Punkte, die wir beachten müssen, wenn wir Winterschuhe kaufen?
Im Wesentlichen geht es darum, die Füße warm zu halten. Der Schuh darf aber die Füße auch nicht zu sehr einengen. Also bitte auch die Weite berücksichtigen – das WMS-Weitenmaß-System ist hierfür super. Es stellt sicher, dass die Schuhe in der Länge und auch in der Breite passen. Wenn deine Eltern all diese Punkte beachten, dann geht’s den Füßen deines Bruders prima.

Vielen Dank für die tollen Tipps!

EisbäRen

Könige der Arktis

Besondere Familienbande

Eisbärenmütter sind sehr fürsorglich. Sie bringen meist im Winter ein bis zwei Junge in einer Schneehöhle zur Welt. Dort bleiben die Kleinen mehrere Monate, bis sie stark genug sind, um die eisige Welt draußen zu entdecken. Danach folgt die Mutter ihren Jungen noch lange, bringt ihnen das Jagen bei und beschützt sie.

Spielerische Riesen

Auch wenn sie gefährlich wirken: Eisbären spielen gerne. Junge Bären toben miteinander im Schnee, rutschen Eisberge hinunter oder balgen sich zum Spaß. Dieses Verhalten hilft ihnen, wichtige Fähigkeiten fürs Jagen und Überleben zu üben.

Wahre Überlebenskünstler

Das Leben in der Arktis ist hart, doch Eisbären sind perfekt angepasst. Selbst bei Temperaturen von minus 40 Grad bleiben sie beweglich und stark. Sie jagen am liebsten Robben, die sie an Eislöchern überraschen. Mit ihrem ausgezeichneten Geruchssinn können sie Beute noch aus mehr als einem Kilometer Entfernung wittern.



Wichtige Rolle in der Natur

Eisbären sind nicht nur faszinierende Tiere, sondern auch wichtig für das Gleichgewicht in der Arktis. Als Jäger an der Spitze der Nahrungskette sorgen sie dafür, dass es nicht zu viele Robben gibt. Gleichzeitig zeigen sie uns Menschen, wie sehr die Arktis vom Klimawandel betroffen ist. Man kann also sagen: Schützen wir die Arktis, schützen wir auch die Eisbären.

Bedrohung: Klimaerwärmung

Eisbären sind stark vom Meereis abhängig. Doch durch die Klimaerwärmung schmelzen die Polkappen immer schneller. Das bedeutet: weniger Jagdgebiete und längere Wege auf der Suche nach Nahrung. Manche Eisbären müssen dadurch große Strecken schwimmen, was selbst für sie sehr anstrengend ist. Forscherinnen und Forscher versuchen deshalb, ihren Lebensraum besser zu schützen – zum Beispiel durch Klimaschutz und besondere Schutzgebiete.



Ich heiße:
Bea

Hier lebe ich:
Am eisigen Nordpol, zwischen funkelnden Eisschollen

Meine Augenfarbe:
So blau wie das arktische Eis

Meine Hautfarbe:
Mein dichtes Fell ist strahlend weiß – perfekt zum Verstecken im Schnee

Mein Lieblingsessen:
Fischburger und als Nachspeise leckeres Schokoladeneis

Mein Lieblingsbuch:
„Der kleine Eisbär" – Lars ist einfach toll, mutig und neugierig, so wie ich

Mein Lieblingsfilm:
„Der Polarexpress" – weil er von Weihnachten und dem Nordpol handelt

Meine Hobbys:
Schwimmen, auf dem Eis rutschen und Schneeburgen bauen

Meine Freunde sagen über mich:
Bea, du bist stark, mutig und eine richtig gute Beschützerin

Mein größter Held:
Der Nordstern – er leuchtet immer, auch wenn es ganz dunkel ist



Was ich mag:
Schneeflocken fangen, im eiskalten Wasser planschen und mit Freunden Verstecken spielen

Was ich nicht mag:
Wenn das Eis zu schnell schmilzt – dann habe ich weniger Platz zum Spielen und Entdecken

Was ich einmal werden möchte:
Eistester – da könnte ich den ganzen Tag Eiscreme essen

Das wünsche ich euch:
Bleibt stark, seid mutig und vergesst nie, wie wichtig unsere Natur ist

Mein Lieblingsschuh:

JUPITER ICE
Auch in weiteren Farben erhältlich.



Winter-Quiz

Löse die Fragen und finde heraus, wie gut du dich in der glitzernden Schneewelt auskennst!

1. Welches Tier trägt ein schwarz-weißes Gefieder und rutscht fröhlich über das Eis?
- **B:** Ein Papagei
- **K:** Ein Spatz
- **W:** Ein Pinguin

2. Was hilft dem Fuchs, im Winter nicht zu frieren?
- **I:** Sein dickes, rotes Winterfell
- **L:** Ein bunter Regenschirm
- **Z:** Seine schnellen Pfoten

3. Welche Tiere halten im Winter einen langen Winterschlaf?
- **E:** Eulen
- **N:** Bären
- **P:** Pferde

4. Was glitzert im Winter wie kleine Sterne vom Himmel?
- **T:** Schneeflocken aus Eis und Wasser
- **A:** Glänzende Regentropfen
- **M:** Herunterfallende Blätter

5. Was bauen Kinder und superfriends am liebsten aus Schnee?
- **F:** Eine große Sandburg
- **J:** Ein magisches Baumhaus
- **E:** Einen lustigen Schneemann

6. Welche Vögel fliegen im Winter in den Süden, weil es hier zu kalt wird?
- **R:** Schwalben und Störche
- **U:** Uhus
- **D:** Tauben

7. Welches Tier ist ein Meister im Schwimmen und lebt auf dem Packeis?
- **V:** Der flinke Fuchs
- **K:** Das schnelle Känguru
- **S:** Der riesige Eisbär

8. Womit fahren Kinder im Winter gerne einen verschneiten Hang hinunter?
- **B:** Mit einem Boot
- **C:** Mit einem Schlitten
- **G:** Mit einem Fahrrad

9. Was machen viele Bäume im Winter?
- **X:** Sie wachsen besonders schnell
- **O:** Sie blühen in bunten Farben
- **H:** Sie verlieren ihre letzten Blätter

10. Welches Tier hat besonders dickes Fell und gräbt sich Tunnel im Schnee?
- **N:** Der Schneehase
- **P:** Der Schmetterling
- **Z:** Das Kamel

11. Was wärmt Kinder im Winter besonders gut?
- **Q:** Eine Sonnenbrille und eine coole Kappe
- **E:** Eine dicke Jacke und ein kuscheliger Winterschuh
- **Y:** Ein leichter Regenmantel mit roten Punkten

12. Welches Spiel spielen die superfriends im Winter am liebsten?
- **B:** Muscheln sammeln
- **M:** Blumenkranz binden
- **E:** Schneeballschlacht

13. Welches Tier sieht im Winter fast so aus, als hätte es einen Zauberumhang an?
- **Z:** Das weiße Schneehuhn
- **K:** Das braune Känguru
- **L:** Der gestreifte Tiger

14. Was tragen viele Kinder gerne, wenn sie durch den Schnee stapfen?
- **K:** Flip-Flops
- **A:** Warme Stiefel
- **R:** Fußballschuhe

15. Was kann man machen, wenn ein See im Winter zufriert?
- **T:** Man kann prima tauchen
- **S:** Man pflückt rote Erdbeeren
- **U:** Man kann darauf Schlittschuh laufen

16. Was bringt Kinderaugen im Winter zum Leuchten?
- **H:** Hängende Bananen an Palmen
- **B:** Lichterketten und bunte Laternen
- **W:** Wellenrauschen am Meer

17. Welches Tier liegt gern auf dem Eis und kann toll im kalten Wasser schwimmen?
- **E:** Die Robbe mit ihrem dicken Speckpolster
- **K:** Die Katze mit weichem Fell
- **F:** Der Frosch im grünen Teich

18. Was macht den Winter für Kinder ganz besonders?
- **J:** Eine riesengroße Tüte Eis essen
- **L:** Mit kurzer Hose in der Sandkiste spielen
- **R:** Mit Freunden im Schnee herumtoben

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18

Auflösung auf **Seite 18**

Beas Lieblingsschuh

Wenn der Sommer geht und der Herbst kommt mit bunten Blättern, beginnt eine spannende Zeit. Bald fallen Schneeflocken, und überall gibt es Neues zu entdecken. Raus in den Wald, rein in den Schnee – und staunen, wie schön diese Jahreszeit ist.





Hohe Flexibilität

Schub- & Wachstumsfreiraum

Neutraler Stand

bare fit Barfußschuh

Modell **WALDARI**
Auch in weiteren Farben erhältlich.

WEIHNACHTLICHE FRENCH TOAST BITES



Die leckeren French Toast Bites wurden mit viel Liebe von **Michaela Hughes** ***„flowersinthesalad.com“*** für uns kreiert.

Zutaten

3 Stück	Eier
120 ml	Milch
1 EL	Mehl
1 TL	Zimt
1 Pkg.	Vanillezucker
9 Scheiben	Briochebrot (ca. 1 cm dicke Scheiben); alternativ Toastbrot

Außerdem:

Bratöl oder Butter
Ahornsirup
Staubzucker
Keksausstecher (z. B. Stern, Tannenbaum)





Zubereitung

- Das Brot in ca. **1 cm dicke Scheiben** schneiden. Mit Keksausstechern **Formen ausstechen.**
- **Eier, Milch, Mehl, Zimt und Vanillezucker in einer Schüssel gut verquirlen.** Falls Klümpchen entstehen, die Flüssigkeit durch ein Sieb streichen.
- Eine Pfanne auf **mittlere Hitze** erwärmen. Etwas **Bratöl oder Butter darin verteilen.**
- Die **Brotstücke in der Flüssigkeit untertauchen.** Sie sollten nicht zu weich werden, da sie sonst beim Braten auseinanderfallen.
- In der erhitzten Pfanne auf beiden Seiten **goldbraun braten.**
- Noch warm mit **Ahornsirup** und **Staubzucker** servieren.

Tipps:

- Am besten eignet sich ca. **1–2 Tage altes Brot**, da es besser die Flüssigkeit aufnimmt. Frisches funktioniert aber natürlich auch.
- Für den French Toast ist es am besten, wenn die Brotscheiben **mind. 1 cm dick geschnitten sind**. Wenn sie zu dünn sind, werden sie beim Eintauchen in die Flüssigkeit zu weich und zerfallen leichter in der Pfanne.
- Die **Brotreste** kann man am Schluss ebenso in die Flüssigkeit tauchen und als **„Schmarren“** in etwas Butter oder Bratöl goldbraun braten.



Hausgemachtes Beerenkompott schmeckt echt super dazu!



Galaktische Weihnachten mit Felix



Die superfriends Sissi, Fred und Sebastian sitzen gemütlich im Haus von Schaf Josy. Sie sind schon ganz schön aufgeregt, denn heute wichteln sie. Josy kommt mit einem Hut ins Wohnzimmer. „Ich habe unsere Namen auf Zettel geschrieben und hier in den Hut gesteckt“, erklärt sie. Einer nach dem anderen zieht einen Zettel aus dem Hut – nun kennt jeder seinen Wichtel.

Plötzlich hören sie ein lautes Dröhnen, das aus dem Garten kommt. Neugierig laufen die vier Freunde nach draußen und können ihren Augen kaum trauen: Mitten in der Wiese steht ein UFO – ein unbekanntes Flugobjekt. Das UFO beginnt zu sprechen: „Hallo zusammen, ich heiße Felix und komme aus einer fernen Galaxie.“ Josy ist die Erste, die ihre Stimme wiederfindet. „Hallo Felix, mein Name ist Josy – herzlich willkommen auf der Erde. Aber was machst du hier bei uns?“ Felix erklärt den Freunden, dass er von einem Brauch gehört hat, der „Weihnachten“ heißt. Und er möchte gerne erfahren, was es damit auf sich hat.

Natürlich stimmen die vier Freunde zu, dem außerirdischen Besucher die Bedeutung von Weihnachten zu erklären. Sie erzählen ihm zum Beispiel, dass man zur Weihnachtszeit mit Freunden und der Familie gemeinsam Abenteuer erlebt. Und genau das machen sie mit Felix. Sie backen zusammen Vanillekipferl, gehen eislaufen, basteln Strohsterne, besuchen den Weihnachtsmarkt und bauen einen Schneemann.

Außerdem nehmen sie das UFO dabei mit, die Geschenke für ihre Wichtel zu besorgen. Fred, der Yeti, kauft für Sissi eine Decke, damit sie es auf ihrer Couch gemütlich hat. Sissi besorgt für Sebastian, den Fuchs, wiederum ein Buch, weil er so gerne liest. Sebastian nimmt Felix mit, das Geschenk für Josy zu kaufen. Er entschließt sich für eine magische Zauberkerze. Und Josy, das Schaf, strickt für Fred einen Schal aus ihrer eigenen Wolle. So sieht Felix, dass Geschenke nicht teuer sein müssen, damit sie etwas ganz Besonderes sind. Am nächsten Tag gehen die Freunde gemeinsam in den Wald und suchen für Weihnachten einen Tannenbaum aus. „Der hier ist perfekt“, meint Josy und zeigt auf ein niedliches Bäumchen. Alle nicken zufrieden. Fred und Sebastian sind die Stärksten. Die beiden tragen den Baum zu Josy nach Hause und stellen ihn im Wohnzimmer auf. Sie schmücken ihn zusammen mit den gebastelten Strohsternen und den Deko-Sachen, die sie auf dem Weihnachtsmarkt gekauft haben – Kerzen, Girlanden und Glaskugeln. „Der Weihnachtsbaum ist dieses Jahr echt schön“, freut sich Fred, als sie fertig sind.

Felix hat beschlossen, ebenfalls Geschenke für seine neuen Freunde zu besorgen. Er möchte ihnen auch eine Freude machen. Daher ist er zurück auf dem Weihnachtsmarkt und kauft für Josy, Sissi, Fred und Sebastian Geschenke ein. Er verpackt sie und streut noch etwas Sternenstaub darüber, den er in einer Schublade bei sich hat. Die Päckchen glitzern wunderschön, und Felix ist total happy.

Endlich ist Weihnachten. Unsere superfriends sind bei Josy zu Hause und haben die Geschenke unter den Weihnachtsbaum gelegt. Als Felix seine Geschenke unter den Baum legt, staunen die Freunde verblüfft. Alles ist perfekt. Fast. „Oh nein“, ruft Sebastian besorgt, „wir haben den Stern für unseren Weihnachtsbaum vergessen. Was machen wir nun?“ Josy, Sissi, Fred und Sebastian schauen sich fragend an. „Ich habe eine Idee“, sagt Felix und verschwindet in den Nachthimmel. Kurz darauf kommt er zurück. Mit dabei hat er einen leuchtenden Stern. „Das ist Stella, der Stern“, erklärt das UFO mit einem Lächeln, „sie ist genauso wunderbar wie der Weihnachtsbrauch selbst.“ Die Freunde nicken, stecken den Stern auf den Baum und feiern zusammen ein unvergessliches Weihnachtsfest.

Kreativ mit superfit

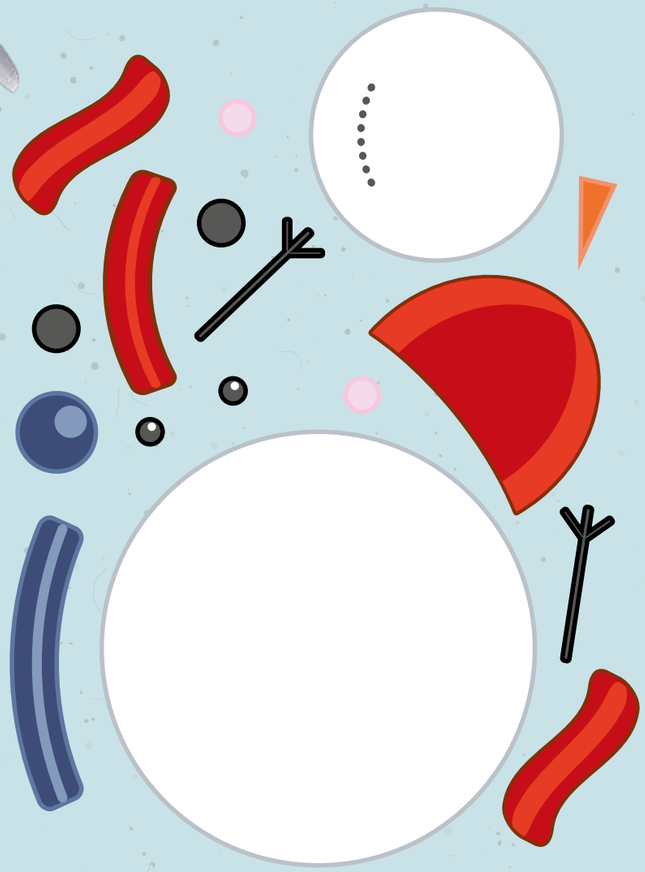
Schneemann-Bastelspaß

Schneide alle Einzelteile des Schneemanns aus. Auf einem Blatt Papier kannst du nun die Einzelteile aufkleben. Klebe zuerst den Körper, dann den Kopf und zuletzt die Details (z. B. Hut, Nase, Augen, Arme) auf das Papier.

Lass alles gut trocknen –
und fertig ist dein Schneemann!

Weiter Mal- und Bastelvorlagen findest du unter:
superfit.com/de/superfriends



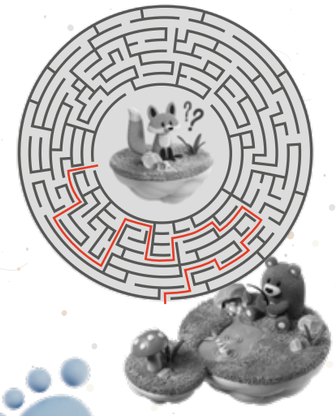


Rätselauflösung

Bilderwirrwarr Seite 4



Labyrinth Seite 6



Winter-Quiz Seite 12

Lösungswort:
WINTERSCHNEEZAUBER

Fischalarm! Seite 19

Es zappeln 36 Fische im Meer

Fehlerjagd Seite 19



Geheime Post Seite 5

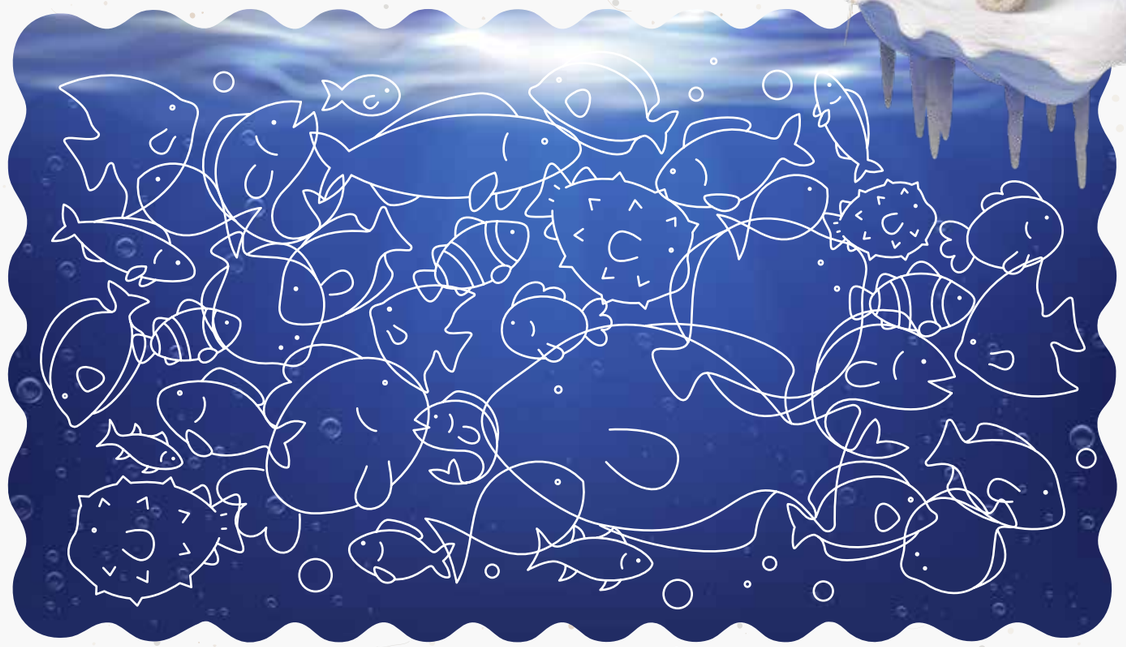
Der geheime Satz lautet:
Auf ins neue Abenteuer mit deinen superfriends



Fischalarm!

Wie viele Fische zappeln im Meer?

Überall schwimmen kleine Fische durcheinander und verstecken sich zwischen den Wellen. Bea, unser Eisbär, möchte wissen, wie viele es wirklich sind. Zähle alle Fische ganz genau – hast du die richtige Zahl gefunden?



Auflösung auf **Seite 18**

Fehlerjagd

Schau dir die beiden Bilder ganz genau an! Auf den ersten Blick sehen sie gleich aus – aber das stimmt nicht! Es haben sich **13 Fehler** versteckt. Kannst du alle Unterschiede entdecken?





Auflösung auf **Seite 18**

superfit

Von Kindern geliebt. Von Ärzten gelobt.*

superfit.com

superfitshoes superfit superfitshoesOFFICIAL superfitat

* Das Ergebnis basiert auf der Auswertung von 342 zurückgesandten Beurteilungsbögen bei vorgegebener Bewertungsskala gut – mäßig – schlecht.