

B. Fit durch den Tag – die Leistungskurve

Was für einen Tag! Max (rote Linie) isst kein Frühstück, er ist nicht wirklich super fit. Bruno dagegen (lila Linie) startet den Tag mit einem guten Frühstück: es ist wichtig¹, dass Kinder zu den richtigen Zeiten essen und trinken. So funktionieren Kopf und Körper gut.

1. wichtig: *important*

