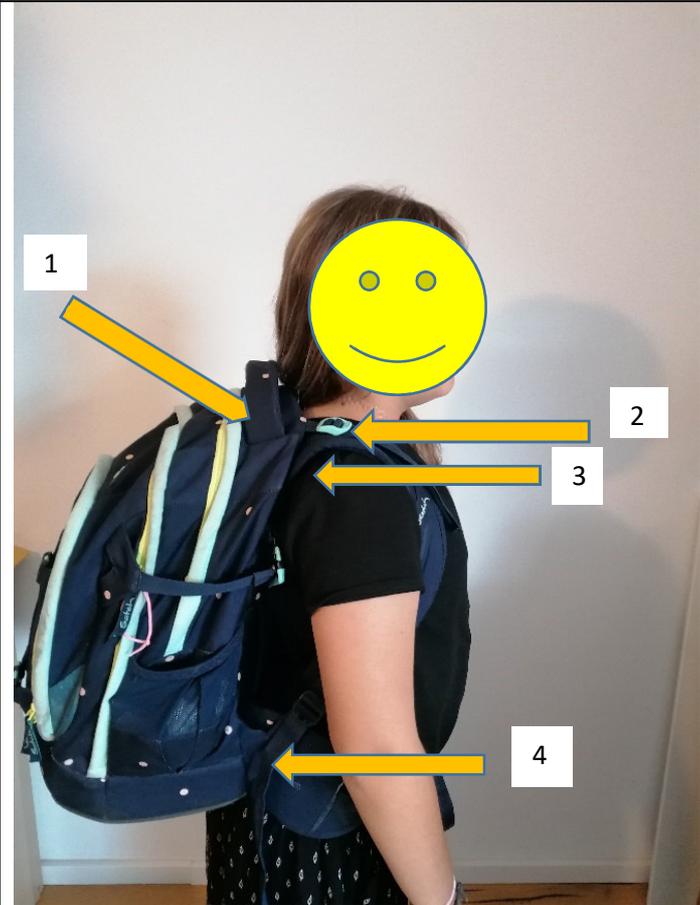
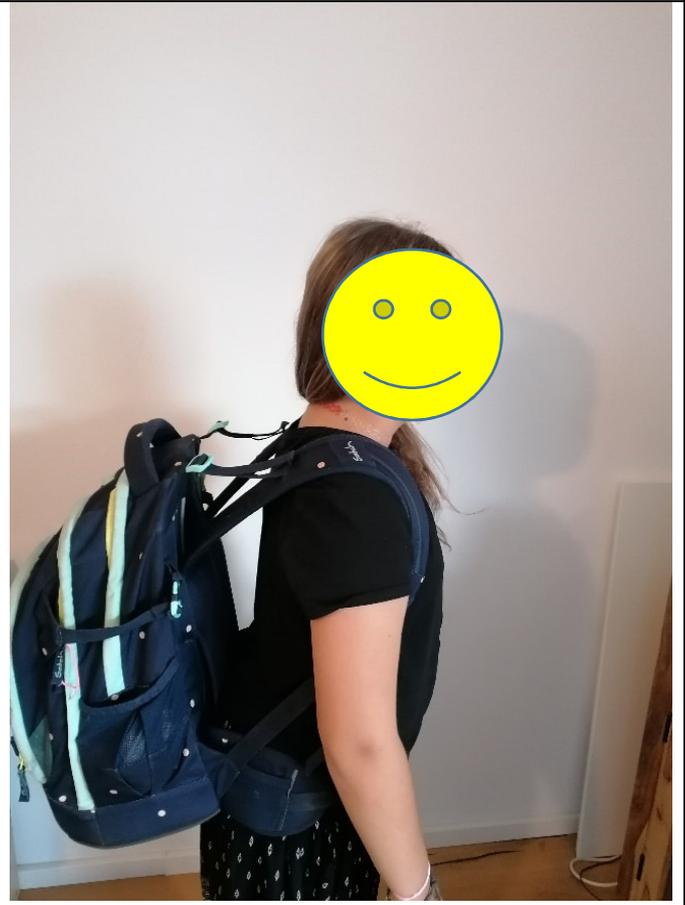


## So sitzt der Schulranzen richtig

Richtig



Falsch



1. die Oberkante des Rucksacks befindet sich auf Schulterhöhe.
2. der Schulranzen sollte nicht deutlich über den Schultern hervorstehen.
3. so dicht wie möglich am Körper und an beiden Schulterblättern anliegen.
4. der Schulranzen sollte am Gesäß abschließen, es ist darauf zu achten, dass kein Hohlraum zwischen Ranzen und Rücken entsteht.

### **Wichtige Tipps**

- Schultergurte/Tragegurte regelmäßig einstellen.
- gleichmäßige Verteilung des Inhalts (schwere Sachen wie Bücher gehören nach hinten, leichte Gegenstände wie Hefte, Mäppchen.... nach vorne).
- 2 Mal im Jahr, je nach Jahreszeit Einstellung überprüfen.
- regelmäßig für Ordnung sorgen, unnötige Utensilien wie Spielsachen, leere Flaschen entsorgen