



Bungee-Jumping - Nervenkitzel aus großer Höhe

Bungee-Jumping ist eine der aufregendsten Freizeitaktivitäten der Welt. Dabei springt man von einer erhöhten Plattform wie einer Brücke oder einem Turm und erlebt einen freien Fall, bevor man durch das elastische Seil wieder in die Höhe geschleudert wird. Für viele Menschen ist das eine unglaublich intensive Erfahrung und ein Adrenalinkick, den man so schnell nicht vergisst.

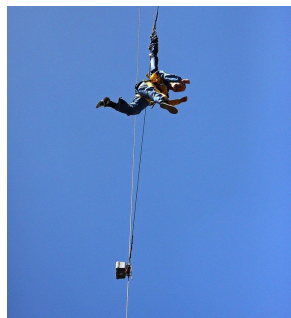
Bevor man sich allerdings dazu entscheidet, Bungee-Jumping auszuprobieren, sollte man sich über die Voraussetzungen im Klaren sein. Das Mindestalter für Bungee-Jumping unterscheidet sich von Land zu Land und von Anbieter zu Anbieter. In den meisten Fällen liegt es jedoch zwischen 16 und 18 Jahren. Auch körperliche Einschränkungen können ein Hindernis darstellen. Personen mit Herzproblemen, hohem Blutdruck oder Rückenproblemen sollten auf Bungee-Jumping verzichten.

Um sich auf den Sprung vorzubereiten, sollte man passende Kleidung und Schuhe tragen, die bequem und sicher sind. Es ist wichtig, darauf zu achten, dass man sich gut bewegen kann und nichts verrutscht oder abrutscht. Auch das Essen und Trinken vor dem Sprung sollte man beachten. Zu viel oder zu wenig kann zu Übelkeit oder Schwindel führen.

Während des Sprungs sollte man sich an die Anweisungen des Betreibers halten und nicht versuchen, das Seil zu lösen oder zu manipulieren. Es ist wichtig, die Beine nicht auseinanderzureißen oder Armbewegungen zu machen, um das Gleichgewicht zu halten. Am besten ist es, einfach zu entspannen und den Moment zu genießen.

Es gibt natürlich auch Gefahren beim Bungee-Jumping. Eine falsche Handhabung oder ein Fehler bei der Sicherheitsprüfung können ernsthafte Verletzungen oder sogar den Tod zur Folge haben. Es ist daher wichtig, nur von erfahrenen und zertifizierten Betreibern zu springen und alle Sicherheitsvorschriften genau einzuhalten.

Die Kosten für einen Bungee-Sprung variieren je nach Ort und Betreiber. In der Regel kann man mit einem Preis zwischen 50 und 100 Euro rechnen. Bungee-Jumping kann man an vielen Orten auf der Welt ausüben. In Deutschland gibt es zahlreiche Anbieter, unter anderem in Hamburg, Berlin oder München. Es empfiehlt sich, vorher zu recherchieren und sich über die Angebote der Betreiber zu informieren. Insgesamt ist Bungee-Jumping eine spannende und aufregende Erfahrung, die man einmal im Leben ausprobieren sollte.





TDW: Teste dein Wissen

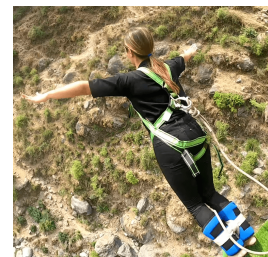
Deutsch Lesen M 7

- ① **Nenne** die fünf Schritte der 5-Schritt-Lesemethode und **schreibe** sie in die Tabelle.

1. Schritt		
2. Schritt		
3. Schritt		
4. Schritt		
5. Schritt		

- ② **Überfliege** den Text und überlege dir, um was es in dem Text gehen könnte.
Kreuze richtige Aussagen **an**.

- ☐ Gleitschirmsprung aus einem Flugzeug
- ☐ Gefahren eines Bungee-Sprungs
- ☐ Mindestalter für einen Bungee-Sprung
- ☐ Trampolinspringen im Freizeitpark
- ☐ Kosten eines Bungee-Sprungs
- ☐ Vorbereitung vor dem Bungee-Sprung



- ③ **Finde** passende W-Fragen zu folgenden Antworten aus dem Text.

Bungee-Jumping ist eine der aufregendsten Freizeitaktivitäten der Welt.

Personen mit Herzproblemen, hohem Blutdruck oder Rückenproblemen sollten auf Bungee-Jumping verzichten.

Um sich auf den Sprung vorzubereiten, sollte man passende Kleidung und Schuhe tragen, die bequem und sicher sind.

In Deutschland gibt es zahlreiche Anbieter, unter anderem in Hamburg, Berlin oder München.

- ④ **Lies** den Text nun gründlich durch und **markiere** dabei wichtige Schlüsselbegriffe. **Überprüfe** deine Lösung direkt mit dem QR-Code.



[Lösung](#)





TDW: Teste dein Wissen

Deutsch Lesen M 7

- ⑤ **Scanne** den QR-Code und **suche** folgende Wörter im DUDEN Online-Wörterbuch. **Notiere** deren Bedeutung in der Tabelle.



intensiv	
Adrenalinkick	
elastisch	
Schwindel	
recherchieren	

- ⑥ **Finde** für jeden Absatz passende Überschriften.

1. Absatz:

2. Absatz:

3. Absatz:

4. Absatz:

5. Absatz:

6. Absatz:

- ⑦ **Schreibe** nun in eigenen Worten eine Zusammenfassung auf liniertes Extrablatt. **Nutze** dafür deine markierten Schlüsselwörter, Überschriften und die Antworten auf die W-Fragen.

Gib deinem Lernbegleiter die Zusammenfassung zur Korrektur und lasse dir eine Sternebewertung geben.

Checkliste für eine Zusammenfassung:

- ☐ Einleitungssatz (Titel, Thema, Autor)
- ☐ Präsens (Gegenwart)
- ☐ sachlich
- ☐ nur das wichtigste, keine Details
- ☐ in eigenen Worten



[Lösung](#)

Ich bin bereit für den GN Lesen M7.

☐ Ja

☐ Nein

