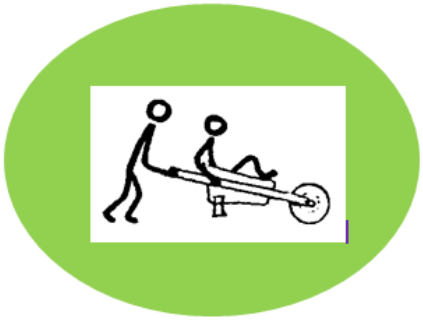
SUBMITTED BY
Irmgard

ON
02.06.2017

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

# Fitnesa saimniecība



Rotaļīgs fitnesa treniņš - grupu sacensības ar pašu izdomātiem fitnesa vingrinājumiem

## Fitnesa saimniecības pašprojektēšana

**Nepieciešams:**

- 6 grupas no 2 līdz 5 dalībniekiem
- 12 amata vietas
- Centrālā vērtēšanas tabula

**Pēc tam sākas izpilde**

- Grupas pašas izveidojas (aptuveni 2 stundas)
- treniņš
- sacensības

**Lai atvieglotu situāciju, būs:**

- "Joker" amati
- Riska ziņojumi
- "Dubultā vai nekas"
- Gag amats
- vai tamlīdzīgi

**ATRODI 1000 citu ideju par ziņām!**

Skatīt pievienoto PDF failu

sīkāku informāciju

Fitnesa vietne




**Avota kredīti:**
Autori un attēli: BAPSO Magglingen www.baspo.ch

## Weitere Informationen

*Kategorijas*
Spēles un nodarbības

*Tags*
Fitnesa apmācība
Grupu sacensības
Kustību spēle
Komandas darbs
Konkurss

*Dalībnieku skaits*
1–20
20–30
30 – 100

*Bībele*
Šī informācija nav pieejama.

*Ilgums*
Līdz 1 stundai

*Materiāls*
Daudz darba

*Failu lejupielāde*
Pieejama failu lejupielāde

*KI Generierter Inhalt*
Saturs
Kategorijas
Tags
Dalībnieku skaits
Bībele
Ilgums
Materiāls

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/lv/wiki/art/fitnesa-saimnieciba