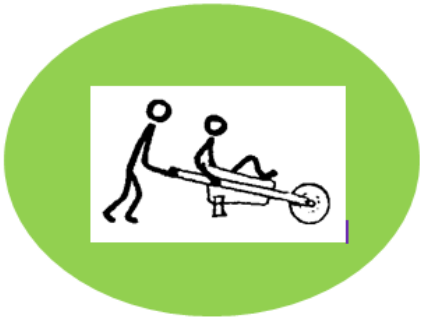
WYSŁANE PRZEZ
Irmgard

ON
02.06.2017

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Farma fitness



Zabawny trening fitness - rywalizacja grupowa z samodzielnie wymyślonymi ćwiczeniami fitness

Samodzielne projektowanie farmy fitness

Wymagane:

- 6 grup od 2 do 5 uczestników
- 12 stanowisk
- Centralna tablica punktacji

Następnie przechodzimy do wykonania

- Grupy ustawiają się (ok. 2 godz.)
- trening
- konkurencja

Aby rozjaśnić sytuację, będą:

- posty "Joker"
- Posty związane z ryzykiem
- "Podwójnie albo nic"
- Gag post
- lub podobne

ZNAJDŹ 1000 innych pomysłów na posty!

Zobacz załączony plik PDF

po szczegóły

Fitness



Źródło informacji:
Autorzy i zdjęcia: BAPSO Magglingen www.baspo.ch

Weitere Informationen

Kategorie
Gry i zajęcia

Tagi
Trening fitness
Rywalizacja grupowa
Gra ruchowa
Praca zespołowa
Konkurs

Liczba uczestników
1–20
20–30
30 – 100

Biblia
Brakuje tej informacji.

Czas trwania
Do 1 godziny

Materiał
Mnóstwo pracy

Pobieranie plików
Plik do pobrania dostępny

KI Generierter Inhalt
Zawartość
Kategorie
Tagi
Liczba uczestników
Biblia
Czas trwania
Materiał

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pl/wiki/art/farma-fitness