

SUBMITTED BY

Irmgard

ON

02.06.2017



Keine Stimmen

Fermă de fitness



Antrenament de fitness jucăuș - competiție de grup cu exerciții de fitness inventate de noi înșine

Autoproiectarea fermei de fitness

Necesar:

- 6 grupuri de 2 până la 5 participanți
- 12 posturi
- Tablă centrală de punctaj

Apoi se trece la execuție

- Grupurile se instalează (aproximativ 2 ore)
- antrenament
- competiție

Pentru a ușura lucrurile, vor exista:

- "posturi "Joker
- Posturi cu risc
- "Dublu sau nimic"
- Post de gag
- sau similare

GĂSEȘTE 1000 de alte idei de posturi!

Consultați fișierul PDF atașat

pentru detalii

Fitness

Zentrale Wertungstafel											
Platz	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											

Credite sursă:

Autori și imagini: BAPSO Magglingen www.baspo.ch

Weitere Informationen

Categorii

Jocuri și activități

Etichete

Antrenament de fitness

Concurs de grup

Joc de mișcare

Munca în echipă

Concurs

Număr de participanți

1-20

20-30

30 - 100

Biblia

Această informație lipsește.

Durată

Până la 1 oră

Material

Multă muncă

Descărcare fișier

Fișier disponibil pentru descărcare

KI Generierter Inhalt

Conținut

Categorii

Etichete

Număr de participanți

Biblia

Durată

Material