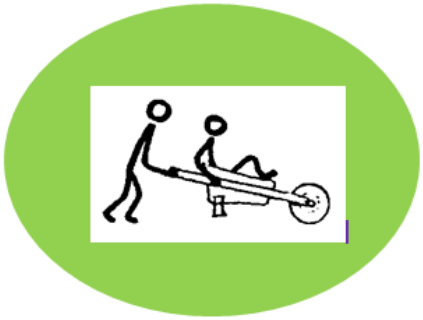
SUBMITTED BY
Irmgard

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



Credite sursă:
Autori și imagini: BAPSO Magglingen www.baspo.ch

Weitere Informationen

Categorii
Jocuri și activități

Etichete
Antrenament de fitness
Competiția din faza grupelor
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

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/ro/wiki/art/ferma-de-fitness