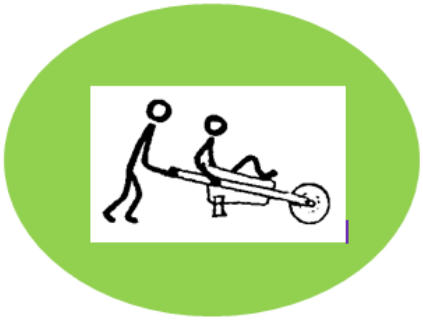
SUBMITTED BY
Irmgard

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