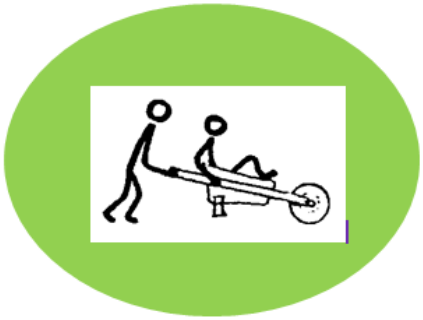
ENVIADO POR
Irmgard

ON
02/06/2017

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Fazenda de fitness



Treinamento de condicionamento físico lúdico - competição em grupo com exercícios de condicionamento físico inventados por eles mesmos

Projeto próprio da fazenda de fitness

Necessário:

- 6 grupos de 2 a 5 participantes
- 12 postos
- Quadro de pontuação central

Em seguida, passamos à execução

- Os grupos se preparam (aproximadamente 2 horas)
- treino
- competição

Para descontrair, haverá:

- "Postagens "Coringa
- Postagens de risco
- "O dobro ou nada"
- Postagem de mordaça
- ou similar

ENCONTRE milhares de outras ideias de postagens!

Veja o arquivo PDF em anexo

para obter detalhes

Fitness



Créditos da fonte:
Autores e imagens: BAPSO Magglingen www.baspo.ch

Weitere Informationen

Categorias
Jogos e atividades

Tags
Treinamento físico
Fase de grupos
Jogo de movimento
Trabalho em equipe
Concurso

Número de participantes
1–20
20–30
30 – 100

Bíblia
Essa informação está faltando.

Duração
Até 1 hora

Material
Muito trabalho

Download de arquivos
Download do arquivo disponível

KI Generierter Inhalt
Conteúdo
Categorias
Tags
Número de participantes
Bíblia
Duração
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pt-br/wiki/art/fazenda-de-fitness