

Neigungskurs:

Fit und orientiert!



Fitness



- Kennen von Erwärmung, Kraft und Beweglichkeit
- Übungsangebote zur allgemeinen Fitness auch für zu Hause
- Erkundung eines Fitnesscenter
- Gesunde Ernährung
- Kennen von Symbolen und Zeichen
- Arbeit mit Karte und Kompass
- Herstellen von Karten für den OL im Schulgelände und Umgebung