

6

Hedwig-Bollhagen-Gymnasium

Projekttag



Wer?

Frau Borsum, Leonie Schürer (Kl. 11)

Was?

LAUFEND spielen...

Lachen, Ausdauer, Freude, Einsatz!

Wir möchten zeigen, dass Laufen nicht langweilig sein muss, dass ihr im Team spielerisch und mit viel Spaß Fitness erwerbt oder diese steigert durch vielseitige Konditions-, Kraft- und Koordinationsübungen und euch entspannt durch Yoga- und Pilateselemente.

Wann?

Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von
9 - 13 Uhr

Für wen?

Für ALLE, die denken, dass Laufen langweilig ist... und die sich in der Gemeinschaft fit halten oder fit werden wollen 😊

Mitzubringen?

Gute Laune und witterungsgerechte Sportbekleidung.

