

## **Workshop Nr.13 Grosses Trampolin / T-Bow / Slackline Vormittag**

---

### **Beschreibung:**

Springen, Fliegen,...das grosse Trampolin ist ein Riesenerlebnis! Hinzu kommt das neue faszinierende Fitness-Gerät "T-Bow", mit welchem wir am Vormittag eine zackige Aerobic-Einführung erleben werden. Um zwischendurch auch mal den Puls runter zu bringen, können wir auf der Slackline (gespanntes Textilband) unsere Balance testen und trainieren. Ein Workshop mit vielen spannenden Facetten!!!

**Anzahl Teilnehmer(innen): 20**

### **Verantwortliche Sportkursleiterinnen:**

Esther Mini und Irene Marti

**Verantwortliche Lehrperson:** Daniela Raimann

**Kurszeit:** 8.30 Uhr bis 11.30

**Besammlungsort:** 08.30h Turnhalle Feldheim 1+2

**Spezielle Ausrüstung:** Turntenue, Hallenturnschuhe

**Verpflegung:** Znüni

**Notfallnummer Schule:** 079 546 52 03

### **Weitere Anweisungen/Spezielles:**

Anständiges und faires Verhalten sowie ist Ehrensache!

Bitte wende dich bei weiteren Fragen an die verantwortlichen Sportkursleiterinnen, die verantwortliche Lehrperson oder das Sportteam!!!