

Ausdauertraining mit Kindern

Beitrag von „eulenspiegel“ vom 17. April 2005 14:36

Klar, mache ich das Ganze spielerisch, sind ja Grundschulkinder! Diese Gruppenübungen à la "der letzte überholt die vorderen" oder "alle laufen im selben Gang" mache ich auch.

Den Hasen Joggi haben wir auch.

Ausdauertraining im Wald mit Stationen liegt nahe (sind im Schwarzwald), allerdings lag hier heute morgen mal wieder Schnee und somit muss das Trainieren in nächster Zeit drin verlaufen.

Gibts noch was anderes?

Gruß Annette, die jetzt ins Thermalbad fährt, weil das Wetter da draußen ja mal wieder zum K... ist

