

Musik für Sport

Beitrag von „Mayall“ vom 25. August 2009 20:18

Hallo zusammen!

Ich würde gerne diese Sj mit meiner dritten Klasse in der kurzen Sparteinheit viel mit Musik machen: tanzen, rope skipping, Bewegen zur Musik - alles was die Kondition fördert.

Habe schon einige meiner CD heute Abend durchgehört, aber noch nicht das Richtige gefunden und wenn dann mal hier und da ein Lied, d.h. aus der Halle zur Anlgae rennen , neue CD einlegen, ... SEHR MÜHSAM

Könnte ihr mir vielleicht Musik/ CD's empfehlen, die zu o.g. Themen passt: schnell, lang, fetzig.
Gibt es so etwas? Was benutzt ihr denn so?

Wäre für jeden Tipp sehr sehr dankbar,

LG; Maya

Beitrag von „Schmeili“ vom 25. August 2009 20:23

Es gibt manchmal bei Rossmann und Co so Aerobic-Cds, da sind immer viele Lieder mit schnellen beats drauf!

Beitrag von „John Doe“ vom 25. August 2009 23:24

Psytrance 😊

<http://www.psytrance.cz/music.php>

scnr