



Skillastics Fitness

REF. 112091

De Skillastics Fitness werd ontworpen en bedacht om de vaak minder populaire disciplines zoals fitness en turnen prettiger te maken. Skillastics Fitness stelt 26 oefeningen voor die door experts werden goedgekeurd. Vier hoofdaspecten van de fysieke conditie worden in acht genomen: kracht, lenigheid, musculair en cardiovasculair uithoudingsvermogen. 10 oefeningen staan in het kader van spiertraining. De 3 verschillende kleuren laten toe het aantal herhalingen aan te passen aan het niveau van de leerlingen. Tekeningen illustreren de spieren die aan bod komen tijdens de oefening. Het geheel bestaat uit : een activiteitenmat uit versterkt nylon 1,5mx2,1m met kleurbedrukking, 6 kleinere matjes van 51x69cm, 6 dobbelstenen in verschillende kleur, 6 pittenzakjes in verschillende kleuren, een didactische handleiding en een praktische opbergzak.

EXTRA INFORMATIE

Ref	112091
Verpakking	Normaal
Leeftijd	6 - 12 jaar
Eigenschappen	FR/NL/EN/DE
Merk	Skillastics

VERKRIJGBAAR IN

Ref	Leeftijd	Eigenschappen
112091	6 - 12 jaar	FR/NL/EN/DE