



Realschule plus Bobenheim-Roxheim
Kooperative Realschule

Kurz-AG:

Fit und Entspannt

Leitung:

Frau Daumann

Wochentag:

Mittwoch

Raum/Ort:

K/0/1

(gleichen Raum wie in 8. Stunde angeben oder Sporthalle, Musikraum, Schulhof o.ä.)

Voraussetzungen:

Interesse an Bewegung und Entspannung 😊

Beschreibung:

Du brauchst Abwechslung und eine Auszeit vom stressigen (Schul-) Alltag?

Du hast Lust was Neues kennenzulernen?



In dieser AG stehen verschiedene Aktivitäten auf dem Plan.

Von Entspannungsübungen über Mandalas/ Steine bemalen bis hin zu einfachen Workouts und Yoga:

Hauptsache fit und entspannt – und jeder kann mitmachen!

