

Gemeinsam wurden wir Fitnessprofis!

In diesem Projekt wurde gerannt, geschwitzt, gelacht, geholfen und vieles mehr.

Zu motivierender Musik haben wir in drei Workout-Phasen unsere Ausdauer und unsere Kraft trainiert. Muskelkater am nächsten Tag blieb da oft nicht aus.



Gemeinsam haben wir bei verschiedenen Spielen gezeigt, dass man oft nur als Team weiterkommt und wir einander helfen und unterstützen müssen.



Unsere selbst gemachten Smoothies haben uns in der Pause gestärkt. Am beliebtesten war der Himbeer-Kiwi-Bananen-Smoothie. Aber auch die anderen beiden Smoothies wurden toll zubereitet und haben lecker geschmeckt!



Schade, dass die Projektwoche so schnell vorbei war! Es hat viel Spaß gemacht!