www.idema.com

Skillastics Fitness

RÉF. 112091

Ensemble d'exercices (26) créés pour rendre le fitness et la gymnastique, activités souvent astreignantes et ardues, beaucoup plus ludiques et amusantes. Les élèves aimeront y jouer et en redemanderont constamment.
Les exercices couvrent quatre des éléments principaux de la mise en condition physique : force, souplesse, endurance cardio-vasculaire et endurance musculaire. Il donne également 10 exercices de musculation et d'autres idées d'activités.
Les nombres de 3 couleurs différentes vous permettent d'ajuster le nombre de répétitions au niveau de la condition physique de vos élèves. Des petits personnages très colorés, mettent en évidence les muscles sollicités dans les différents exercices.
Un manuel d'instructions identifie tous ces muscles afin de vous aider dans la reconnaissance et l'enseignement de ceux-ci.
Le kit « Skillastics Fitness » comprend : un tapis d'activités, fait de nylon renforcé et illustré en couleurs, mesurant 1,5mx2,10m, 6 petits tapis en nylon renforcé mesurant 51x69cm, 6 dés de couleurs différentes, 6 petits sacs à grains de couleurs différentes, un manuel didactique (en plusieurs langues) et un sac de rangement très pratique.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES	
Réf	112091
Transport	Normal
Age	De 6 ans à 12 ans
Caractéristiques	FR/NL/EN/DE
Marque	Skillastics

DISPONIBLE EN		
Réf	Age	Caractéristiques