

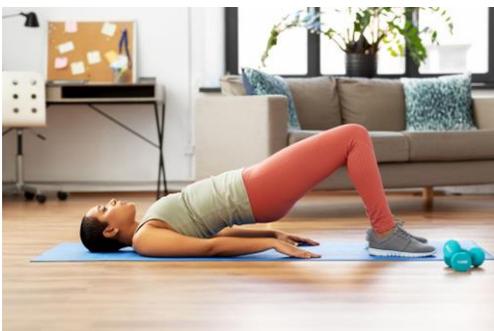


Bewegungsworkshop



Im Kindergarten Schladming ging es an die Muskeln. An zwei Terminen im Oktober 2022 hatte das Kindergartenteam die Möglichkeit, gemeinsam mit Beate Ambichl zu trainieren.

Beim ersten Termin wurde der Fokus auf die Stärkung der Rückenmuskulatur gelegt – eine wichtige Maßnahme für das Kindergartenteam, das teilweise große körperliche Belastungen standhalten muss.



Faszien, Beckenbodenmuskulatur und Dehnen waren die Schwerpunkte des zweiten Workshops.

Das Kindergartenteam erhielt wertvolle Tipps zur Stärkung ihrer Rücken- und Beckenbodenmuskulatur und startet gestärkt in das neue Jahr.

Welche Bildungsbereiche wurden berührt:

Ästhetik und Gestaltung

Bewegung & Gesundheit

Emotionen und soziale Beziehungen

Ernährung



Ethik und Gesellschaft

Natur und Technik

Sprache und Kommunikation

