

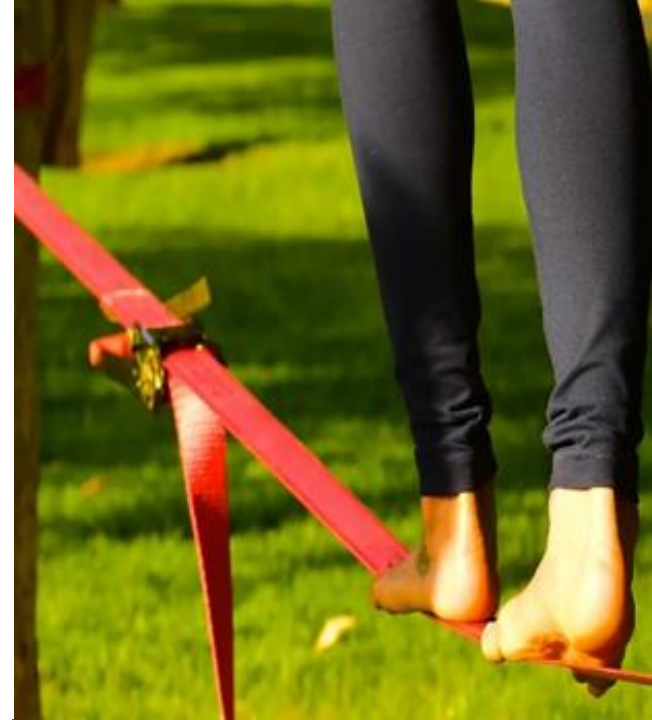


Montag, 22.07.:

7.30-12.40 Uhr
(Sportsachen)

Dienstag, 23.07.:

8.15 - 11.50 Uhr
(Sportsachen)



Am ersten Tag begeben wir uns in **die Vertikale**, das heißt, wir versuchen uns an verschiedenen Routen in der **Boulderhalle in Memmingen**. Mit etwas Kraft in Armen und Beinen könnt ihr euch auch am Überhang ausprobieren. Tipps bekommt ihr von unserer Trainerin Mona.

Nachdem ihr schon eine gute Balance an den Boulderwänden gefunden habt, ist **am zweiten Tag** euer Gleichgewicht und Körperspannung in **der Horizontalen** gefragt. Auf verschiedenen **Slacklines** geht es darum die Balance im Stehen, Laufen und Liegen zu halten. Wir sind schon gespannt, wer von euch sich am längsten auf der Slackline halten kann.

**Vertikal und
horizontal -
Immer in
der Balance**