Über einen Zeitraum von zwei Wochen ist der EF-Sportkurs mit Frau Schulz-Finke und Herrn Hoffmann für drei Trainingseinheiten zu Gast im Activa in Marsberg gewesen. Dort erhielten die Schülerinnen und Schüler einen Crashkurs in funktionales Krafttraining und einen Einblick in den Alltag der Sport-Reha. Kurze Trainingseinheiten an den Kraftgeräten und mit Faszienrollen sorgten für gute Stimmung – und Muskelkater ☺!

Wir sagen: eine gute Abwechslung zum Sportunterricht in der Halle und vielen Dank an das Activa für diese großartige Möglichkeit, Sportunterricht einmal anders zu erleben.