



Auf die Plätze, fertig, Nikolaus!

28.11.2024

Bewegungsgeschichte zum Mitmachen!

Nicht mehr lange, dann steht der Nikolaustag schon vor unserer Türe. Passend dazu haben wir eine weihnachtliche Bewegungsgeschichte für Sie.

Der Schwerpunkt dieser Bewegungsgeschichte liegt auf der Auseinandersetzung mit dem Nikolaustag. Mit schnellen Beats oder einem Nikolauslied können sich die Teilnehmenden warm laufen und trainieren ihren ganzen Körper mit dem Fokus Kräftigung.

Passend zur Adventszeit testen!

[Zur Bewegungsgeschichte](#)

Bild: LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

[Zurück](#)

