



## Produktinformationsblatt

### Gymnastikkreis

Die Zauberschnur ist ein beliebtes Trainingsmittel für die Gruppengymnastik und kann sowohl im Stehen, im Gehen oder im Sitzen eingesetzt werden. Der Gymnastikkreis eignet sich für Kinder, Erwachsene und Senioren und ist auch für Menschen mit Handicap zu empfehlen. Die Teilnehmer bilden dabei einen Kreis; der Zauberkreis wird ebenfalls kreisförmig ausgelegt.

Folgende Übungen können beispielsweise mit dem Zauberkreis durchgeführt werden.

Die Schnur im Kreis nach rechts und links reichen, auch zur Musik Einzelne Körperteile anheben, z.B. Knie oder Fuss, und die Schnur berühren

Zauberkreis abwechseln nach oben Richtung Decke oder zu den Füßen strecken

Papprollen, Ringe oder ähnliches auf die Schnur setzen und weiterreichen lassen

Zauberkreis auf den Boden legen und darüber hüpfen: vorwärts, rückwärts, einbeinig,...

Gymnastikkreis

Länge: 20 m

Material: Umspinnene rot-weiße Gummileine, ca. 6 mm stark

Endlos, mit Plastikverschluss, verstellbar



**Artikelnummer: G4460**

### Zubehör zum Artikel

