

AB: Konditionelle & koordinative Fähigkeiten

Sport M, R, E 10



Was genau ist eigentlich Kondition?

MOTORISCHE HAUPTBEANSPRUCHUNGSFORMEN | Konditionelle Fähigkeiten | Trainingslehre | Sportmatura

Dieses Video soll euch dabei helfen, einen Überblick über die motorischen Hauptbeanspruchungsformen, und/oder konditionelle Fähigkeiten, zu bekommen.



YouTube-
Video

Link: <https://youtu.be/7PUc4hSTEjs>

Notiere die 4 konditionellen Fähigkeiten

Vertiefe Dein Wissen



[Koordination](#)



[Kondition](#)

Übung:



[LearningApp](#)

