

Tag udfordringen op!

Er du klar til at teste dine grænser, udforske nye sportsgrene og udvikle dig på både krop og sind? Så er denne linje noget for dig! Igennem skoleåret vil du blive udfordret på alle tænkelige måder – både fysisk, mentalt og taktisk.

HER ER, HVAD DU KAN GLÆDE DIG TIL:

- 🏔️ **Klatring og bouldering:** Kan du klatre som en bjergged? Find ud af det, og se, hvor meget du kan presse dig selv!
- 🎯 **Skydning:** Tag sigte og oplev, hvor vigtig ro og præcision er – måske bliver du den næste James Bond?
- 🏎️ **Gokart:** Føl adrenalinen suse, når du sætter dig bag rattet – har vi mon en ny racerstjerne iblandt os?
- 🏸 **Paddel:** Oplev Danmarks hotteste sportsgren – et mix af tennis og sjov i verdensklasse!
- 🏊 **Svømning:** Husk de gode gamle svømmeteknikker, og giv dig selv en udfordring i vandet.
- 🥋 **Kampsport:** Lær teknikker, der giver dig både styrke og selvtillid – og måske lidt ninja-vibes.
- 🧘 **Yoga:** Find din indre zen og mærk, hvad yoga kan gøre for krop og sjæl.
- 🚴 **Spinning:** Få sved på panden og pulsen op – det bliver hårdt, men fedt!
- 🏐 **Volleyball:** Perfekt til teamwork – både inde og ude!
- 🏸 **Squash:** Nej, ikke en frugtjuice – men en supersjov sportsgren med fart og fokus!
- Og hvem ved, hvad vi ellers finder på undervejs? Måske noget, du slet ikke har turdet drømme om endnu!

TAKTIK OG TEKNIK – LEVEL UP!

I løbet af året får vi besøg af gæstelærere, der er eksperter på deres felt. De vil hjælpe dig med at finpudse din teknik og give dig nye taktiske færdigheder. Nogle uger arbejder du på egen hånd, mens andre byder på sparring med folk, der virkelig ved, hvad de laver – uanset hvilket spil, det handler om.