

# DIE AKTUELLSTEN NEWS SCHULHAUS GRÜNAU

## DIE NEWS DER NEWS - INTERNATIONAL, NATIONAL & LOKAL

### SCHULE GRÜNAU

## Der Boxsack im Greenroom – Mehr als nur Wut ablassen

Stefan, 6. Klasse

Nützlich um Wut loszuwerden oder wozu kann ein Boxsack noch dienen? Der Greenroom hat endlich einen Boxsack. Nach langem Warten ist er nun da und bietet vielseitige Möglichkeiten: Er dient nicht nur zum Wut Abbau, sondern auch als sportliche Aktivität für Kinder.

Vielleicht denken manche, dass es eine Gewalt provozieren könnte, jedoch stimme ich da nicht zu. Man kann einfach draufhauen und sich auspowern. Der Boxsack darf nur mit den Boxhandschuhen geboxt werden. Der Boxsack pendelt auch zu dir zurück als wäre es wie ein Gegner. Das ist ein sehr gutes Investment für den Greenroom und kann auch sehr gut Wut ablassen. Es wird dich in mindestens 10 Minuten zum Schwitzen bringen. Den Boxsack kann man auch kicken also kann das eine sehr gute Übung für Fussballer sein. Den Boxsack kann man auch überall hintragen, weil er einen runden Boden hat was voller Wasser ist, und trotzdem sehr stabil ist. Man kann nicht über den Boxsack meckern ausser der Lieferzeit, der Versand dauerte ungefähr einen Monat. Der Boxsack hat auch noch schwarz rote Farben um zu erkennen was das Gesicht ist und was der Körper. Der Boxsack ist auch für Koordination gut und für die Reaktionszeit.



Lucas und Olivia in Aktion.