

# Slackline

Öko-Score  
dieses Screenings:



Sie wollen mehr über unsere Nachhaltigkeits-Scores erfahren?  
[Auf unserer Website finden Sie die Erläuterungen.](#)

„Slacken“ oder auch „Slacklinien“ ist eine Trendsportart, die sich in den letzten Jahren immer größerer Beliebtheit erfreut. Die Anforderungen für die Teilnehmenden auf der Slackline, einem zwischen zwei Befestigungspunkten gespannten Band, bestehen aus dem Zusammenspiel von Balance, Konzentration und Koordination.

Es sind keine besonderen Vorkenntnisse nötig, einfach auf die Slackline steigen und wagen die ersten Schritte wagen, bei Bedarf steht ein Experte für Hilfestellung zur Seite. Jeder „Abwurf“ fördert den Lernprozess und Ehrgeiz.

## Nutzen:

- Sensibilisieren für die eigenen Fähigkeiten
- Abschalten und Fokussieren auf die Balance
- Trainieren von Koordination und Konzentration wie im Spiel
- Einfache Handhabung und Umsetzung in den Alltag

## Ablauf:

- Kurze Einweisung und lösen von Bewegungsaufgaben

## Umsetzung:

- Geeignet für „Laufkundschaft“ oder laut Teilnehmendenliste
- Dauer pro Teilnehmenden: ca. 5 Minuten
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 8 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und Pause
- Platzbedarf: ca. 8 m<sup>2</sup>
- Personalbedarf: Expertin oder Experte von Aktivital ist inklusive

**Wir machen Entwicklung. Erlebbar.**

Erfahren Sie mehr. Schreiben Sie uns. [info@aktivital.org](mailto:info@aktivital.org)