

Snacks for Fit

Jahrgang: 6 - 10

Ort: Schulküche

Zeit: Montag, 7./8. Stunde

Leiter: Herr Niebergall

Du bist sportlich aktiv oder möchtest deinem Körper etwas Gutes tun?

Dann komm in die AG „**Snacks for Fit**“!

Hier lernst du, wie du gesunde und leckere Snacks für vor oder nach dem Sport ganz einfach selbst zubereitest. Ob Müsliriegel, Smoothies, Energy Balls, Wraps oder proteinreiche Snacks – wir probieren verschiedene Rezepte aus und erfahren, welche Lebensmittel Energie liefern und die Regeneration unterstützen.

Alle Gerichte sind leicht nachzumachen und natürlich wird am Ende gemeinsam probiert!



(Quelle: KI-geniert)