

Themenpool Theorie in Sport und Bewegungskultur

Die Fachkonferenz vom 21.9.2023 für das Fach „**Theorie in Sport und Bewegungskultur**“ hat folgende Themenbereiche für die mündliche Reifeprüfung 2024 beschlossen:

1. Aktiver Bewegungsapparat
2. Passiver Bewegungsapparat
3. Faszientraining
4. Energiebereitstellung
5. Ernährung
6. Trainingsprinzipien
7. Ausdauer
8. Kraft
9. Beweglichkeit
10. Koordination
11. Nordic-Walking
12. Entspannung und Stressmanagement

