



Bildnachweis: Shutterstock (yanik88), New York

## Slacken

### Sport im Park

Der Sommer ist da. Endlich ist es wieder warm. Alles ist grün, der Himmel ist blau und die Leute gehen in die Natur. Aktivitäten im Park sind jetzt sehr beliebt, zum Beispiel das Slacken. Slacken? Was ist das? Das ist ein Freizeitsport! Man braucht zwei große Bäume und eine Slackline. Die Slackline ist ein breites Band. Sie kann unterschiedlich lang sein. Und es gibt auch unterschiedliche Breiten: Anfänger beginnen normalerweise mit einem 50-Millimeter-Band. Wichtig sind auch die Slackline-Höhe und die Elastizität: Ein Anfänger beginnt nah am Boden, das ist nicht so gefährlich. Das Band sollte am Anfang nicht sehr elastisch sein, dann ist das Balancieren leichter. So, jetzt können Sie beginnen. Balancieren Sie auf dem Band, versuchen Sie es! Das ist nicht leicht, oder? Man braucht Konzentration, Muskeln und Koordination. Aber Sie können es schaffen, suchen Sie Ihr Gleichgewicht: Balance ist jetzt alles!



Bildnachweis: Shutterstock (yanik88), New York

## Slacken

### Sport im Park

Der Sommer ist da. Endlich ist es wieder warm. Alles ist grün, der Himmel ist blau und die Leute gehen in die Natur. Aktivitäten im Park sind jetzt sehr beliebt, zum Beispiel das Slacken. Slacken? Was ist das? Das ist ein Freizeitsport! Man braucht zwei große Bäume und eine Slackline. Die Slackline ist ein breites Band. Sie kann unterschiedlich lang sein. Und es gibt auch unterschiedliche Breiten: Anfänger beginnen normalerweise mit einem 50-Millimeter-Band. Wichtig sind auch die Slackline-Höhe und die Elastizität: Ein Anfänger beginnt nah am Boden, das ist nicht so gefährlich. Das Band sollte am Anfang nicht sehr elastisch sein, dann ist das Balancieren leichter. So, jetzt können Sie beginnen. Balancieren Sie auf dem Band, versuchen Sie es! Das ist nicht leicht, oder? Man braucht Konzentration, Muskeln und Koordination. Aber Sie können es schaffen, suchen Sie Ihr Gleichgewicht: Balance ist jetzt alles!