

Kursname: Sport-e-Sport

Kursleitung	Martin Lang
Datum	Sportferien, 01.02.27 – 05.02.27
Klassen	7. bis 9. Klasse
Bedingungen	Freude an Sport und Denksport
Elternbeitrag	Fr. 0.00
Kursbeschreibung	Sport als auch E-Sport bieten zahlreiche Möglichkeiten zur körperlichen und geistigen Aktivierung, fördern soziale Kompetenzen und können eine Menge Spass machen. In dieser Projektwoche möchten wir beide Welten miteinander verbinden und dir die Chance geben, deine eigenen Interessen zu entdecken und zu vertiefen.
Ziele	Balance: ausgeglichenen Mix aus körperlicher Bewegung und geistiger Herausforderung. Teamwork: Gemeinsam sind wir stärker! In vielen Projekten steht das kooperative Arbeiten im Vordergrund.
Sonstiges	Besuch des Rolling Rock in Aarau: Wir werden das Rolling Rock besuchen und verschiedene Sportarten ausprobieren. Ob Klettern, Bouldern oder Trampolinspringen – hier ist für jeden etwas dabei. Fitnesscenter-Besuch: Gemeinsam besuchen wir ein Fitnesscenter und erkunden die verschiedenen Geräte. Ein erfahrener Trainer wird uns dabei begleiten und uns die richtige Übungsausführung zeigen. Auch ein Besuch in ein Billiard oder Bowling-Center ist vorgesehen.

