



Sport mit Power

Der Wahlpflichtkurs im Bereich Sport, Gesundheit und Fitness verbindet sportliche Praxis direkt mit theoretischem Hintergrundwissen.



Sport und Gesundheit

Was erwartet dich?

Du wirst dich mit Sportarten aus unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschäftigen und trainierst intensiver als im normalen Sportunterricht.



Die Sportart Volleyball wird im Mittelpunkt dieses Kurses stehen.

Das Ziel ist eine eigene Schulmannschaft, die an Wettkämpfen teilnehmen soll.

Gibt es Voraussetzungen?

Ja, denn du solltest Spaß daran haben, dich sportlich selbst herauszufordern. Die Belastungen werden höher sein als im normalen Sportunterricht.

Nicht vergessen:

Die Sporttheorie steht ebenso im Vordergrund. Zwei Klassenarbeiten sind verpflichtend im Schuljahr !!!