

Schulsportprogramm

1. Semester SJ 2024/2025

Kursstart 2. Woche nach den Sommerferien



Schule Fällanden
Fällanden Benglen Pfaffhausen

Nr.	Sportart	Klasse	Tag	Zeit	Ort	Leitung (Hauptleitung Erstgenannte*r) / Kontakt	Kosten CHF	Kursinhalt
1	Schach	Alle	Mittwoch	17:00 – 18:00	Kartonage Pfaffhausen	Ivan Schädler	75.00	Schach ist ein faszinierendes Spiel, das Menschen jeden Alters zusammenbringt. Es fördert nicht nur strategisches Denken, sondern auch die Fähigkeit, langfristige Strategien zu entwickeln und sorgfältig geplante Züge auszuführen. Melde dich für den Kurs an, wenn du auch gerne gegen andere spielst und an kleinen Turnieren teilnimmst, um die faszinierende Welt des Schachs in ihrer Tiefe zu entdecken. Vorkenntnisse werden keine benötigt
2	Turnen und Spiel	1. KIGA – 1. Klasse	Dienstag	16.3 - 17.30	Fällanden Schulhaus Lätten, Sporthalle 1	Cornelia Hunziker cornelia.hunziker@schulefaellanden.ch	75.00	Turnen und Spiele mit/ohne Geräte
3	Turnen und Spiel	2.-5. Klasse	Dienstag	17.30 - 18.30	Fällanden Schulhaus Lätten, Sporthalle 1	Cornelia Hunziker cornelia.hunziker@schulefaellanden.ch	75.00	Turnen und Spiele mit/ohne Geräte

4	Tischtennis	Alle	Freitag	13.00 - 13.45	Benglen Schulhaus Buechwis, Turnhalle 1	Reto Scheerle reto.scheerle@schulefaellanden.ch	75.00	In diesem Kurs lernst du, wie man regelkonform Tischtennis spielt. Du verbesserst deine technischen Basisfertigkeiten des Tischtennispiels (Schlägerhaltung, Vorhand- / Rückhand/Aufschlag/ -Unter- bzw. -Oberschnitt, Beinarbeit). Verschiedene Übungen machen dein Spiel variabler, und du wendest diese erfolgreich in Matches an
5	Frühspor	4.-6. Klasse	Freitag	07.15 - 08.00	Fällanden Schulhaus Lätten, Sporthalle 2	Fabian Graf fabian.graf@schulefaellanden.ch	75.00	In dieser zusätzlichen Sport Stunde werden Sportspiele gespielt. Voraussetzung ist die Freude am Sport und an der Bewegung
6	Turnen und Spiel	1. KIGA – 1. Klasse	Donnerstag	16.30 - 17.30	Pfaffhausen Schulhaus Bommern, Turnhalle	Cornelia Hunziker cornelia.hunziker@schulefaellanden.ch	75.00	Turnen und Spiele mit/ohne Geräte
7	Turnen und Spiel	2.-5. Klasse	Donnerstag	17.30 - 18.30	Pfaffhausen Schulhaus Bommern, Turnhalle	Cornelia Hunziker cornelia.hunziker@schulefaellanden.ch	75.00	Turnen und Spiele mit/ohne Geräte
8	Turnen und Spiel	1. KIGA – 1. Klasse	Montag	17.15 - 18.15	Benglen Schulhaus Buechwis,	Cornelia Hunziker cornelia.hunziker@schulefaellanden.ch	75.00	Turnen und Spiele mit/ohne Geräte

					Turnhalle 2			
9	Turnen und Spiel	2.-5. Klasse	Montag	18.15 - 19.15	Benglen Schulhaus Buechwis, Turnhalle 2	Cornelia Hunziker cornelia.hunziker@schulefaellanden.ch	75.00	Turnen und Spiele mit/ohne Geräte
10	Volleyball	4.-6. Klasse	Dienstag	17.00 - 18.30	Benglen Schulhaus Buechwis Sporthalle 1	Thomas Tschupp	75.00	In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Volleyballs erlernt und vertieft. Er ist einsteigerfreundlich und Spass am Spiel steht im Vordergrund. Komm doch in ein Probetraining, um zu schauen, ob Volleyball etwas für dich ist
11	Volleyball	1.-3. Sek	Dienstag	18.30 - 20.00	Benglen Schulhaus Buechwis Sporthalle 1	Thomas Tschupp	75.00	In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Volleyballs erlernt und vertieft. Er ist einsteigerfreundlich und Spass am Spiel steht im Vordergrund. Komm doch in ein Probetraining, um zu schauen, ob Volleyball etwas für dich ist
12	Zumba® Kids Jr.	1. KIGA bis 3. Klasse	Donnerstag	17.15 - 18.15	Benglen Schulhaus Buechwis, Turnhalle 1	Luisa Perrone luisa.perrone@schulefaellanden.ch	75.00	Zumba Tanz- und Ausdrucksformen. Beim Zumba wird mit Spass und cooler Musik getanzt, wobei die Kinder auch Balance, Koordination, Teamwork und Erinnerungsvermögen trainieren
13	Zumba® Kids	4.-6. Klasse	Donnerstag	18.15 - 19.15	Benglen Schulhaus Buechwis,	Luisa Perrone luisa.perrone@schulefaellanden.ch	75.00	Zumba Tanz- und Ausdrucksformen. Beim Zumba wird mit Spass und

					Turnhalle 1			cooler Musik getanzt, wobei die Kinder auch Balance, Koordination, Teamwork und Erinnerungsvermögen trainieren
14	Schwimmen Wasserange- wöhnung	ab 1. KIGA	Dienstag	18:15 - 19:00	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Francy Gretler Francisca.gretler@schulefaellanden.ch	75.00	In einer kleinen Gruppe gewöhnen sich die Kinder an das Wasser
15	Schwimmen Schwimm- Angewöhnung	Gruppe 1 Ab 1. KIGA	Montag	16.00 - 17.00	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Anina Vaaler anina.vaaler@schulefaellanden.ch	75.00	Spielerischer Erwerb von Antrieb, Atmung, Gleiten, Schweben. Vertrautheit mit dem Element Wasser/ Wasserspiele/ Technik schwimmen Voraussetzung: Ihr Kind zeigt Interesse und möchte mit dem Wasser vertraut werden
16	Schwimmen	Gruppe 2 Ab 2. KiGa	Montag	17.00 - 18.00	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Anina Vaaler anina.vaaler@schulefaellanden.ch	75.00	Spielerischer Erwerb, Vertiefung der Grundformen und Eintauchen in die verschiedenen Grundtechniken Voraussetzung Ihr Kind kann schon untertauchen, mit Hilfsmittel (Brättli) eine oder zwei Breiten schwimmen und unterstützt ins tiefere Wasser (mind. 120 cm) springen. Wir üben erste Schwimmgrundzüge

17	Schwimmen	Gruppe 3	Montag	18.00 - 19.00	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Anina Vaaler anina.vaaler@schulefaellanden.ch	75.00	<p>Wassertiefe mehrheitlich ab 120cm oder tiefer. Fokus mehrheitlich auf sauberer Technik aller Schwimmstile. Vertrautheit mit dem Element Wasser/Wasserspiele/Technik Schwimmen</p> <p>Voraussetzung: Ihr Kind kann eine Länge ohne Hilfsmittel schwimmen und bei tiefem Wasser auf den Grund tauchen</p>
18	Schwimmen	Gruppe 1 Ab 1. KIGA	Donnerstag	16.00 - 17.00	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Anina Vaaler anina.vaaler@schulefaellanden.ch	75.00	<p>Spielerischer Erwerb von Antrieb, Atmung, Gleiten, Schweben. Vertrautheit mit dem Element Wasser/ Wasserspiele/ Technik schwimmen</p> <p>Voraussetzung: Ihr Kind zeigt Interesse und möchte mit dem Wasser vertraut werden</p>
19	Schwimmen	Gruppe 2 Ab 2. KIGA	Donnerstag	17.00 - 18.00	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Anina Vaaler anina.vaaler@schulefaellanden.ch	75.00	<p>Spielerischer Erwerb, Vertiefung der Grundformen und Eintauchen in die verschiedenen Grundtechniken</p> <p>Voraussetzung</p>

								Ihr Kind kann schon untertauchen, mit Hilfsmittel (Brättli) eine oder zwei Breiten schwimmen und unterstützt ins tiefere Wasser (mind. 120 cm) springen. Wir üben erste Schwimmgrundzüge
20	Schwimmen	Gruppe 3	Donnerstag	18.00 - 19.00	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Anina Vaaler anina.vaaler@schulefaellanden.ch	75.00	Wassertiefe mehrheitlich ab 120cm oder tiefer. Fokus mehrheitlich auf sauberer Technik aller Schwimmstile. Vertrautheit mit dem Element Wasser/Wasserspiele/Technik Schwimmen Voraussetzung: Ihr Kind kann eine Länge ohne Hilfsmittel schwimmen und bei tiefem Wasser auf den Grund tauchen
21	Schwimmen Nacharbeit	5. Klasse bis 3. Sek	Dienstag	19:00 - 19:45	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Francy Gretler Francisca.gretler@schulefaellanden.ch	75.00	SchülerInnen, welche den Test des „Fällander Seeleu“ bis Ende der 4. Klasse nicht bestehen, haben die Möglichkeit, in

								Schwimmkursen des Freiwilligen Schulsports Fällanden im Laufe der 5. Klasse bis 3. Sek. ausserhalb des obligatorischen Unterrichts, ihre Schwimmfertigkeit zu festigen und den „Fälländer Seeleu“ - Test nachzuholen
22	Schwimmen Wasserangewöhnung	ab 1. KIGA 4 und 5 Jahre alt	Donnerstag	19:00 - 19:45	Benglen Schulhaus Buechwis, Schwimmbad	Francy Gretler Francisca.gretler@schulefaellanden.ch	75.00	Wasserangewöhnung In einer kleinen Gruppe gewöhnlich sich die Kinder an das Wasser
23	Akrobatik und Gymnastik	ab 2. KIGA AnfängerInnen	Freitag	16.30 - 18:00	Benglen Schulhaus Buechwis, Turnhalle 2	Anina Vaaler anina.vaaler@schulefaellanden.ch	75.00	Wir üben akrobatische Grundlagen wie z.B. Kopfstand, Rad, Brücke Sprungrolle und den Spagat. Auch PartnerInnen Akrobatik wird geübt Dann setzen wir die Kunststückchen zusammen und üben eine kleine Show ein
24	Akrobatik und Gymnastik	Fortgeschrittene	Freitag	18.00 - 19.30	Benglen Schulhaus Buechwis, Turnhalle 2	Anina Vaaler anina.vaaler@schulefaellanden.ch	75.00	Wir vertiefen die akrobatischen Grundlagen. Ihr könnt schon eine gute Sprungrolle. Der Handstand, Überschlag, Salto vorwärts und PartnerInnen Akrobatik gehören zum Üben mit dazu. Ihr lernt auch, wie Ihr aus den Kunststücken eine kleine Show kreieren könnt
25	Fussball	1.-3. Klasse	Montag	17.30	Benglen	Takis Triantafilou	75.00	Mit dem Ziel Grundkenntnisse

				- 18.30	Schulhaus Buechwis, Turnhalle 1			im Kinderfussball zu erlernen und vor allem viel Freude und Spass am gemeinsamen Fussballspiel
26	Hip-Hop	7-10 Jahre	Mittwoch	13.30 - 14.30	Benglen Schulhaus Buechwis, Turnhalle 1	Rebekka Marti rebekka.marti@schulefaellanden.ch	75.00	Du lernst die Basics, die verschiedenen Tricks und den Groove des Hip-Hops kennen. Dir ist Freestyle sehr wichtig und es bereitet dir grosse Freude eine eigene Choreo zu kreieren. Viel Freude und Spass am gemeinsamen Hip-Hop Tanz steht stets im Vordergrund
27	Hip-Hop	11-14 Jahre	Mittwoch	14.30 - 15.30	Benglen Schulhaus Buechwis, Turnhalle 1	Rebekka Marti rebekka.marti@schulefaellanden.ch	75.00	Du lernst die Basics, die verschiedenen Tricks und den Groove des Hip-Hops kennen. Dir ist Freestyle sehr wichtig und es bereitet dir grosse Freude eine eigene Choreo zu kreieren. Viel Freude und Spass am gemeinsamen Hip-Hop Tanz steht stets im Vordergrund
28	Basketball	10–13- Jährige	Montag	17:30 - 19:00	Fällanden, Schulhaus Lätten, TH 1	Petra Steiger	75.00	In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Basketballs erlernt und vertieft. Er ist einsteigerfreundlich und Spass am Spiel steht im Vordergrund