



Liebe Schülerinnen und Schüler der Jahrgangstufe 10 und 11,

in diesem Jahr findet ein sog. GESUNDHEITSTAG an unserer Schule statt. Das bedeutet, ihr könnt aus einem noch umfangreicheren Sportangebot (Zeitraum: 10.30 Uhr- 13.00 Uhr) auswählen sowie (verpflichtend) an einem Vortrag zum Thema „Ernährung im Sport“ (Zeitraum: 8 – 10.00 Uhr- Foyer der KSH-) teilnehmen.

Ihr könnt mit eurer Klasse/TG an Turnieren in den Spielsportarten **Beachvolleyball**, **Fußball** und **Ultimate Frisbee** teilnehmen und darüber hinaus bei folgenden Sportarten mitmachen: **Aquafitness**, **Aerobic**, **Fitness-Bodypower**, **Spinning**, **Stepaerobic**, **Tanz** und **Krafttraining an Geräten**.


Hierbei ist zu beachten:

- 1) **Jede(r) muss in (nur) einer Mannschaft mitspielen oder an einer Sportart teilnehmen.** Die Anwesenheit wird am Sportfest durch die KlassenlehrerInnen (während des Vortrages) und OrganisatorInnen kontrolliert werden.
- 2) Die Turniere werden je nach Anzahl der Meldungen jahrgangsweise oder auch jahrgangsübergreifend ausgetragen.
- 3) Meldungen mehrerer Mannschaften in einer Sportart sind möglich. Klassenlehrerinnen und Klassenlehrer sollen zum Mitmachen angeregt werden. Die Zweitwahl (für Aquafitness, Aerobic, Fitness- Bodypower, Spinning, Stepaerobic, Tanz und Krafttraining an Geräten) darf nur in den Spielsportarten erfolgen!
- 4) Die Meldung organisieren die Klassenlehrerinnen und Klassenlehrer bzw. die Tutorinnen und Tutoren bis Mittwoch, den 08.06.2011. Bei Fragen bitte an die jeweilige Sportlehrkraft wenden.
- 5) Sportbefreite Schülerinnen und Schüler übernehmen Helferaufgaben (Treffpunkt: pünktlich um 7.30 Uhr, Beachanlage).

6) Bitte den Meldebogen **bis Mittwoch, den 08.06.2011 in das Fach von Frau Knöpp oder Herrn Hooss** legen.

7) Die Siegerehrung findet direkt im Anschluss an die Wettkämpfe unter der Federführung des jeweiligen Organistors statt.

8) Einige Tage vor dem Sportfest werden die Organisatoren der jeweiligen Sportarten einen Aushang mit genauen Anfangszeiten, Treffpunkten etc. machen.



In der Zeit von **8.00 bis 10.00** Uhr findet ein **Vortrag zum Thema „Ernährung im Sport“** im Foyer der Kreissporthalle statt. Es besteht Anwesenheitspflicht, die durch die jeweiligen KlassenlehrerInnen kontrolliert wird.



Für die einzelnen Sportarten gilt:



Fußball

Spielerzahl: 6 Feldspieler + 1 TW, evtl. Auswechselspieler, Spielort: 2 Kleinfelder im Stadion,
Organisatoren: Herr Bröckl, Herr Pankratz



Beachvolleyball

Spielerzahl: 4 Feldspieler, evtl. Auswechselspieler, Spielort: Stadion,
Organisatoren: Herr Kleemann, Herr Hooss



Ultimate Frisbee

Spielerzahl: 4 Feldspieler + evtl. Auswechselspieler, Spielort: Rasenplatz hinter der
Windhofschule, Organisatoren: Frau Bezecny und Herr Hömke



Aquafitness

Max. 2 Std., Teilnehmerzahl: max. 20 TeilnehmerInnen, Ort: Schwimmbad
Organisatoren: Frau Fuhrmann-Grote
Bitte 2.Wahl (x) mit angeben, falls Teilnehmerzahl zu groß!



Aerobic

Max. 2 Std., Teilnehmerzahl: max. 35, Ort: Windhofhalle,
Organisatorin: Frau Fuhrmann-Grote
Bitte 2.Wahl (x) mit angeben, falls Teilnehmerzahl zu groß!



Fitness (Bodypower)

Max. 2 Std., Teilnehmerzahl: max. 20, Ort: Gesundheitszentrum Pur-life, Viehweg 6, Weilburg,
Organisatorin: Frau Knöpp
Bitte 2.Wahl (x) mit angeben, falls Teilnehmerzahl zu groß!



Spinning

Max. 2 Std., Teilnehmerzahl: max. 35, Ort: Gesundheitszentrum Pur-life, Viehweg 6, Weilburg,
Organisatorin: Frau Knöpp
Bitte 2.Wahl (x) mit angeben, falls Teilnehmerzahl zu groß!



Stepaerobic

90 min., max. 20 Teilnehmer, Ort: Gymnastikraum Kreissporthalle, Organisatorin: Frau Marâs
Bitte 2.Wahl (x) mit angeben, falls Teilnehmerzahl zu groß!



Tanz

Max. 2 Std., max. 30 Teilnehmer, Ort: Windhofhalle, Organisatorin: Frau Schiek
Bitte 2.Wahl (x) mit angeben, falls Teilnehmerzahl zu groß!



Krafttraining an Geräten

Max. 2 Std., Teilnehmerzahl: max. 15, Ort: Gesundheitszentrum Pur-life, Viehweg 6, Weilburg,
Organisatorin: Frau Knöpp
Bitte 2.Wahl (x) mit angeben, falls Teilnehmerzahl zu groß!