

# Freikurse Schulsport (4 unterschiedliche Kurse à je 7 Wochen)

## Sportfreu(n)de

Wer sich nebst dem obligatorischen Schulsport gerne zusätzlich bewegt, ist im freiwilligen Schulsport herzlich willkommen. Wir bieten im neuen Schuljahr vier geleitete und aufbauende 7-wöchige Kurse zu den vier Sportarten *Volleyball*, *Basketball*, *Unihockey* und *Beachvolleyball* an.

Die wichtigsten Ziele der Kurse:

- Gemeinsam ein tolles Training absolvieren
- Neben dem sitzlastigen Schulalltag durch aktive Erholung über den Mittag die Batterien aufaden
- Persönliche Fortschritte in einer Sportart erzielen
- Gemeinsam auf das Ziel Mitteschulmeisterschaft oder ein internes Turnier hin zu trainieren.



### Volleyball Freikurs

**26. November bis 28. Januar** DIN Wo 48-4 (SMB Turnier Volley)  
7 Trainings à 1h jeweils am Donnerstag über Mittag 12:45 -13:45 Uhr.

#### Ziele:

- Intensives Training und Spiel Volleyball mit interessierten Schülerinnen und Schüler g1 - g4 & f1 - f3 & w3
- Verbesserung der persönlichen Technik & Taktik
- Vorbereitung SMB Turnier Volley mit Team am 29. Jan. 2021



### Basketball Freikurs

**26. November bis 28. Januar** DIN Wo 48-4 (SMB Turnier Basket)  
7 Trainings à 1h jeweils am Donnerstag über Mittag 12:45 – 13:45 Uhr

#### Ziele:

- Intensives Training und Spiel Basketball mit interessierten Schülerinnen und Schüler g1 - g4 & f1 - f3 & w3
- Verbesserung der persönlichen Technik & Taktik
- Vorbereitung SMB Turnier Basket mit Team am 29. Jan. 2021



### Unihockey Freikurs

**11. März bis 6. Mai** DIN Wo 10-18 (SMB Turnier Unihockey)  
7 Trainings à 1h jeweils am Donnerstag über Mittag 12:45 -13:45 Uhr.

#### Ziele:

- Intensives Training und Spiel Unihockey mit interessierten Schülerinnen und Schüler g1 - g4 & f1 - f3 & w3
- Verbesserung der persönlichen Technik & Taktik
- Vorbereitung SMB Turnier UH mit Team am 18. Mai 2021



### Beach Volleyball Freikurs

**29. April bis 17. Juni** DIN Wo 17-24 (Gym Thun Beach Turnier)  
7 Trainings à 1h jeweils am Donnerstag über Mittag 12:45 -13:45 Uhr.

#### Ziele:

- Intensives Training und Spiel Beach Volleyball mit interessierten Schülerinnen und Schüler g1 - g4 & f1 - f3 & w3
- Verbesserung der persönlichen Technik & Taktik
- Vorbereitung Gymer Turnier im Juni 2021

Start: Gemäss Angaben in der jeweiligen Ausschreibung.  
Seperate Informationen für angemeldete Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Zeit: Donnerstag, 12:45h - 13:45h

Ort: Sporthalle Schadau

Anmeldung: Die Anmeldung ist verbindlich und ein regelmässiger Trainingsbesuch ist Voraussetzung.

Anmeldung per Mail an:  
[maya.schuermann@gymthun.ch](mailto:maya.schuermann@gymthun.ch)  
oder  
[beat.zimmermann@gymthun.ch](mailto:beat.zimmermann@gymthun.ch)

Besonderes: Die Kurse werden ab mind. 8 Teilnehmerinnen und Teilnehmer (Beachvolley mind. 6 & max. 10) durchgeführt.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Freikurse werden für die neu geschaffenen Mittelschulturniere SMB prioritär berücksichtigt.

**Winterturnier Fr 29. Jan 2021**

(Futsal, Volleyball, Basketball)

**Frühlingsturnier Di 18. Mai 2021**

(Unihockey, LA, Fussball, Beach Volley)

Ansprechperson: Maya Schürmann & Beat Zimmermann