

Ropeskipping

3.-6. Primarschule & Sekundarschule

Bist du gerne in Bewegung, springst und hüpfst du gerne? Dann komm zu mir ins Seilspringen. Wir trainieren deine Ausdauer, Sprungtechnik und auch etwas Akrobatik. Das alles fügen wir zu einer kleinen Show zusammen. Interessiert? Dann melde dich an. Ich freue mich auf dich.

LEITER*IN	Petra Treichler
KONTAKT	phollinger@bluewin.ch
ZEIT	Start am 8. Januar 2024 montags, 15.30-16.30 Uhr
ORT	Turnhalle Beromünster
MITNEHMEN	Turnkleider, Turnschuhe, Getränk



Fussball

3.-6. Primarschule & Sekundarschule

Dieser Kurs soll ein Bindeglied zwischen dem Schulsport und dem Vereinssport bilden. Während dem Training führen wir Ball- und Techniktrainings durch sowie ein Koordinations- und Stabilisations-training. Zum Abschluss gibt es immer ein Spiel!

LEITER*IN	Geri Prudente
KONTAKT	geriprudente@hotmail.com
ZEIT	3.-5. PS: Start am 12. Januar 2024 freitags, 15.15-16.00 Uhr / 16.00-16.45 Uhr
	6. PS + Sek: Start am 9. Januar 2024 dienstags, 12.15 - 13.00 Uhr
ORT	3.-5. PS: Lindenhalle Gunzwil, Grasweg 10
	6. PS + Sek: Mehrzweckhalle Beromünster



EINE INVESTITION IN DIE ZUKUNFT



2. SEMESTER SCHULJAHR

23/24

Alle Kurse
kostenlos



**Infos erhalten
& anmelden**

Anmeldung bis 22. Dezember
(verpflichtend für 15 Trainings)

Unterstützt durch:

Fragen?



Bei Fragen dürft ihr euch gerne beim Schulcoach Jasmin Hofer melden: freiwilliger.schulsport@schule-beromuenster.ch

www.beromuenster.ch/schule/kontakt/schulsport.php

(Auf Website unter «Schule» - «Zusatzangebote» - «Freiwilliger Schulsport»)

Sportfonds
KANTON LUZERN
SWISSLOS



Beromünster

5-sterne-region.ch
beromünster
ortsmarketing



KURS-ÜBERSICHT

Anmeldung bis spätestens 22. Dezember!

Yoga

3.-6. Primarschule & Sekundarschule

Erlebe deinen Körper, dessen Möglichkeiten und Grenzen. Spüre deine Kraft und nutze sie. Höre deine Stimme in dir wie in der Gruppe. Yoga ist der perfekte Ausgleich zum Alltag!

LEITER*IN	3.-4. PS: Jolanda Büschl 5.-6. PS + Sek: Simone Weber
KONTAKT	jolanda@diis-yoga.ch / simi1704@gmail.com
ZEIT	Start am 11. Januar 2024 3.-4. PS: donnerstags, 16.30-17.15 Uhr 5.-6. PS + Sek: donnerstags, 17.45-18.30 Uhr
ORT	Singsaal, Primarschulhaus Beromünster
MITNEHMEN	Falls möglich, eine eigene Yogamatte, bequeme Kleider



Tennis

4.-6. Primarschule

Du hast noch nie Tennis gespielt und möchtest es lernen? Dann melde dich an und sei dabei, wenn es heisst: Game-Set-Match. Ich freue mich auf dich!

LEITER*IN	Natalie Gehrig
KONTAKT	freiwilliger.schulsport@schule-beromuenster.ch
ZEIT	Start am 11. Januar 2024 donnerstags, 17.00-17.45 Uhr
ORT	Mehrzweckhalle Beromünster
MITNEHMEN	Sportkleider, Hallenturnschuhe, Tennisschläger (falls vorhanden)
TEILNEHMER:	Max. 8 Kinder



Schwimmen

Primar- & Sekundarschule

Du bist gerne im Wasser? Du schwimmst gerne? Dann ist dieses Angebot genau das Richtige für dich. Einmal pro Woche kannst du deine Schwimmtechnik verbessern, an deiner Ausdauer arbeiten und an Stafetten und Spielen teilnehmen. Interessiert? Dann melde dich an. Ich freue mich auf deine Teilnahme.

LEITER*IN	Manuela Gautschi
KONTAKT	manuela.gautschi@bluewin.ch
ZEIT	Start am 12. Januar 2024 3.-4. PS: freitags, 15.30-16.15 Uhr 5.-6. PS + Sek: freitags, 16.15-17.00 Uhr
ORT	Hallenbad Beromünster
MITNEHMEN	Badeanzug/Badehose, Badetuch



Mountainbike

3.-6. Primarschule & Sekundarschule

Bewegung auf dem MTB, Technik mit Spiel und Spass sowie kleinen Ausfahrten.

LEITER*IN	Florian Egger
KONTAKT	egger.florian@bluewin.ch
LEKTIONEN	1 Lektion pro Woche
ZEIT	Start am 21. Februar 2024 (alle 2 Wochen, 8 Trainings) 3.-6. PS: mittwochs, 13.15-14.45 Uhr 21.02 / 06.03 / 20.03 / 17.04 / 01.05 / 15.05 / 29.05 / 12.06 / (26.06) Sek: mittwochs, 13.15-14.45 Uhr 28.02 / 13.03 / 27.03 / 24.04 / 08.05 / 22.05 / 05.06 / 09.06 / (03.07)
TREFFPUNKT	jeweils Verkehrsgarten Primarschulhausplatz. Bei ganz schlechter Witterung trainieren wir an einem geschützten Ort.
MITNEHMEN	Verkehrssicheres Bike, Fahrradhelm (obligatorisch), Getränkeflasche, bequeme + warme Sportkleider

