



BILDUNGSZENTRUM kvBL
Reinach. Muttenz. Liestal.

**Freiwilliger
Schulsport**
Schuljahr 2010/2011

Freiwilliger Schulsport

als Kompensations- und Freifachangebot
an der Kaufmännischen Berufsfachschule Liestal
und
als Freifachangebot an der Wirtschaftsmittel-
schule und der Berufsfachschule für Detailhandel

Schuljahr 2010/2011

Liestal, im Oktober 2010

Liebe Lernende

Wir freuen uns, Euch ein vielfältiges Angebot an freiwilligen Sportveranstaltungen zu unterbreiten.

Kaufmännische Berufsfachschule

Mit dieser Ausschreibung möchten wir Euch Gelegenheit geben:

- weitere Sportarten kennenzulernen
- sich körperlich fit zu halten und/oder auf den Ernstfall vorzubereiten (Skisaison, Selbstverteidigung)
- zu gemeinsamen sportlichen Erlebnissen

Ihr könnt Euch vom Pflichtunterricht des 3. Lehrjahres befreien, indem Ihr vom Angebot des freiwilligen Schulsportes Gebrauch macht. Jede/jeder Lernende, die/der bis Ende des 2. Lehrjahres mindestens 30 Lektionen Freifachsport belegt und testiert hat, wird vom Sportunterricht des 6. Semesters befreit. Wer dies nicht nachweisen kann oder will, besucht im letzten Schuljahr den Sportunterricht nach Stundenplan.

Wirtschaftsmittelschule / Berufsfachschule für Detailhandel

Es ist ein reines Freifachangebot, das Gelegenheit bietet neue Sportarten kennen zu lernen, sowie gemeinsame sportliche Begegnungen zu erleben.

Anmeldung

In diesem Büchlein findet Ihr drei Anmeldetalons für die Kurse bis Ende Januar 2011 und drei Anmeldetalons für die Kurse Februar 2011 – Juni 2011. Bitte meldet Euch im Schulsekretariat an und beachtet die verbindlichen Anmeldetermine. Bei Kursen, die mit Kosten verbunden sind, ist die Anmeldung erst gültig, wenn der entsprechende Betrag einbezahlt worden ist. Sollten einzelne Kurse überbucht sein, so werden wir diese nach Möglichkeit doppelt oder ein zweites Mal führen.

Zur Befreiung vom Sportunterricht habt Ihr auf den Seiten 26 - 28 ein Testatblatt, auf dem der Kursleiter Eure Anwesenheit bestätigt.

Abmeldung

Begründete Abmeldungen sind bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn möglich. Kurzfristige Abmeldungen sind nur im Krankheitsfall möglich.

Unentschuldigte Absenzen

Bleibt jemand einem Kurs, für den sie/er sich angemeldet hat, unentschuldigt fern, so verwirkt man sich das Recht, an weiteren Kursen teilzunehmen.

Nun hoffen wir, dass Euch unser Angebot anspricht und Ihr nicht nur aus kompensatorischen Ueberlegungen heraus, sondern aus Ueberzeugung und zum Vergnügen an diesen vielfältigen Veranstaltungen teilnehmen werdet. Die Schulleitung und die Fachgruppe Sport wünschen Euch schon heute erfolgreiche und vergnügliche Stunden.

Für die Schulleitung:

P. Engel
R. Grünenfelder
J. Studer

Für die Fachgruppe Sport:

H. Seiler

Freiwilliger Schulsport im Schuljahr 2010/2011

Inhaltsverzeichnis	Kursdatum	Anmeldung
Einleitung		
Kurs Nr. 1 Unihockey	Sa. 20.11.10	<i>05.11.10</i>
Kurs Nr. 2 Smolballturnier	Sa. 27.11.10	<i>05.11.10</i>
Kurs Nr. 3 Power Yoga	Mi. 01./15.12.10	<i>05.11.10</i>
Kurs Nr. 4 Sportklettern	Sa. 04.12.10	<i>19.11.10</i>
Kurs Nr. 5 Women's Gym	Sa. 11.12.10	<i>19.11.10</i>
Kurs Nr. 6 Volleyballturnier	Sa. 18.12.10	<i>19.11.10</i>
Kurs Nr. 7 Yoga	Mi. 19./26.01.11	<i>17.12.10</i>
Kurs Nr. 8 Selbstverteidigung	Sa. 29.01.11	<i>17.12.10</i>
Kurs Nr. 9 Schneesport	Sa. 12.02.11	<i>21.01.11</i>
Kurs Nr. 10 Wellness/Sole Uno	Sa. 19.02.11	<i>21.01.11</i>
Kurs Nr. 11 Rebound, Entspannen und Sportmassage	Mi. 02.03.11	<i>21.01.11</i>
Kurs Nr. 12 Golf 1	Sa. 02.04.11	<i>25.03.11</i>
Kurs Nr. 13 Golf 2	Sa. 09.04.11	<i>25.03.11</i>
Kurs Nr. 14 Salsa 1	Mi. 06.04.11	<i>25.03.11</i>
Kurs Nr. 15 Salsa 2	Mi. 13.04.11	<i>25.03.11</i>
Kurs Nr. 16 Hip Hop / Streetdance	Fr. 13./20.05.11	<i>15.04.11</i>
Kurs Nr. 17 Beachvolleyball	Sa. 28.05.11	<i>15.04.11</i>
Anmeldeformular	Kurse Nr. 1 - 3	S. 13
Anmeldeformular	Kurse Nr. 4 - 6	S. 15
Anmeldeformular	Kurse Nr. 7 - 8	S. 17
Anmeldeformular	Kurse Nr. 9 - 11	S. 19
Anmeldeformular	Kurse Nr. 12 - 15	S. 21
Anmeldeformular	Kurse Nr. 16 - 17	S. 23
Kontrollbogen für Lernende		S. 25
Testatblatt für Lernende		S. 26 - 28

Kurs Nr. 1	Unihockeyturnier	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Nach einigen wenigen Aufwärmübungen spielen wir ein Turnier 4:4 (max. Mannschaftsgrösse 7)	
Ort	Sporthalle Kaserne	
Datum / Zeit	Samstag, 20. November 2010, 09.00 – 12.00 Uhr	
Teilnehmerzahl	mind. 12 / max. 24	
Ausrüstung	Sportbekleidung	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Ivan Ruzek	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 5. November 2010		

Kurs Nr. 2	Smolballturnier	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Dieses neue Spiel ist schnell, lustig und einfach zu erlernen. Nach einer Einspielphase spielen wir ein Turnier.	
Ort	Sporthalle Kaserne	
Datum / Zeit	Samstag, 27. November 2010, 11.00 – 14.00 Uhr	
Ausrüstung	Sportbekleidung	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	Einzel oder bereits als 4er Teams und Wechsellspieler anmelden.	
Anmeldeschluss: Freitag, 5. November 2010		

Kurs Nr. 3	Power Yoga	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Der Unterschied von Power-Yoga zum normalen Yoga ist die Kombination aus Dehnungs- und Kräftigungsübungen mit Atemtechnik, wobei die einzelnen Bewegungselemente ineinander überfließen. Nach jeder Wiederholung der Elemente wird die Geschwindigkeit gesteigert. Neben dem Kräftigen und Dehnen der Muskeln sollen die Übungen helfen, die Energie im Körper spürbar zu machen und regen dabei die Atmung, den Kreislauf und die Verdauung an.	
Ort	Gymnastikraum (hinter dem Kraftraum) der Sporthalle Kaserne	
Datum / Zeit	Mittwoch, 1. / 15. Dezember 2010, 18.15 – 19.45 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 16	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 5. November 2010		

Kurs Nr. 4	Sportklettern <i>Sportklettern für Anfänger und Fortgeschrittene</i>	3 Lektionen
Ziel / Beschrieb	In der Kletterhalle 7 in der Nähe des Bahnhofs SBB in Basel wirst du auf einfachen Routen eine Einführung ins Sportklettern erhalten. Bald wirst du dich sicher fühlen und jede/r hat die Möglichkeit an seine Grenzen zu gehen.	
Ort	Kletterhalle 7 im Gundeldinger Feld	
Datum / Zeit	Samstag, 4. Dezember 2010, 10.30 – 12.45 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 10	
Ausrüstung	Trainer oder kurze Hose, Turnschuhe	
Kosten	Fr. 17.--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 19. November 2010		

Kurs Nr. 5	Women's Gym	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Gymnastik und Hanteltraining für die Problemzonen mit Musik.	
Ort	Sporthalle Kaserne, Gymnastikraum	
Datum / Zeit	Samstag, 11. Dezember 2010, 09.00 – 12.00 Uhr	
Teilnehmerzahl	6 - 15	
Ausrüstung	Sportbekleidung	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Jürgen Zimmer	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 19. November 2010		

Kurs Nr. 6	Volleyballturnier	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Nach einigen wenigen Aufwärmübungen spielen wir ein Turnier 6:6 (max. Mannschaftsgrösse 7)	
Ort	Sporthalle Kaserne	
Datum / Zeit	Samstag, 18. Dezember 2010, 09.00 – 12.00 Uhr	
Teilnehmerzahl	mind. 12 / max. 24	
Ausrüstung	Sportbekleidung	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Ivan Ruzek	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 19. November 2010		

Kurs Nr. 7	Yoga	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Yoga hat viele unterschiedliche Formen. Hier handelt es sich um einfache Übungen aus dem Hatha Yoga. Eine anschließende Tiefenentspannung rundet den Abend ab.	
Ort	Gymnastikraum (hinter dem Kraftraum) der Sporthalle Kaserne	
Datum / Zeit	Mittwoch, 19. / 26. Januar 2011, 18.15 – 19.45 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 16	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 17. Dezember 2010		

Kurs Nr. 8	Selbstverteidigung	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Grundbegriffe zur Selbstverteidigung kennen lernen.	
Ort	Sporthalle Kaserne, Gymnastikraum	
Datum / Zeit	Samstag, 29. Januar 2011, 09.00 - 12.00 Uhr	
Teilnehmerzahl	mind. 14 / max. 22	
Ausrüstung	Sportbekleidung	
Kosten	Fr. 12.--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Caroline Martin / Ivan Ruzek	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 17. Dezember 2010		

Kurs Nr. 9	Schneesporttag	8 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Gemeinsam fahren wir mit Bus oder Zug in ein nahe gelegenes Schneesportgebiet. Dort werden wir Skifahren und Snowboarden.	
Ort	Zentralschweiz evtl. Berner Oberland	
Datum / Zeit	Samstag, 12. Februar 2011 Details werden eine Woche vorher bekannt gegeben	
Teilnehmerzahl	max. 16	
Ausrüstung	Sie muss selbst besorgt werden; Miete im Skigebiet möglich	
Kosten	ca. Fr. 70.-- / Person	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 21. Januar 2011		

Kurs Nr. 10	Wellness / Sole Uno	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Wassergymnastik kennenlernen und anwenden. Anschliessend Erholung in den verschiedenen Wellnessbädern.	
Ort	Kurzentrum Rheinfeldern	
Datum / Zeit	Samstag, 19. Februar 2011, 09.00 – 12.00 Uhr	
Teilnehmerzahl	6 - 15	
Ausrüstung	Badekleid	
Kosten	Fr. 15.--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Jürgen Zimmer	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 21. Januar 2011		

Kurs Nr. 11	Rebound, Entspannen und Sportmassage	3 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Zu Beginn des Kurses werden wir das Hüpfen auf dem Rebound lernen und darauf unseren Kreislauf so richtig in Fahrt bringen. Im zweiten Teil des Kurses erleben wir Mentales Training am eigenen Körper. Zum Schluss verwöhnen wir uns gegenseitig mit einer Massage und lernen dabei die Sportmassagetechnik kennen.	
Ort	Gymnastikraum (hinter dem Kraftraum) der Sporthalle Kaserne	
Datum / Zeit	Mittwoch, 2. März 2011, 18.15 – 20.30 Uhr	
Teilnehmerzahl	10	
Ausrüstung	Turnschuhe, Sportbekleidung, Trainer, Duschzeug, grosses Tuch oder Decke	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Yves-Pierre und Claudia Weidmann	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 21. Januar 2011		

Kurs Nr. 12	Golf 1 <i>Golf for beginners</i>	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Auf einem Abschlagplatz und einem Puttinggreen werden zuerst die Schlagtechniken geübt. Anschliessend werden alle ihre golferischen Fertigkeiten auf der 9-Lochanlage testen können; Spass garantiert!	
Ort	Citygolf Bachgraben (Schwimmbad), Allschwil	
Datum / Zeit	Samstag, 2. April 2011, 10.30 – 13.30 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 8	
Ausrüstung	Wetterfeste Kleider und Schuhe	
Kosten	Fr. 6.--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 25. März 2011		

Kurs Nr. 13	Golf 2 <i>Golf for advanced</i>	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Es wird Abschlag und Annäherung (chippen) geübt und an der Technik ein wenig gefeilt. Der Hauptteil besteht darin, eine Runde auf der 9-Lochanlage zu spielen. Es besteht die Möglichkeit, die Spielberechtigung für den Citygolfplatz zu erwerben.	
Ort	Citygolf Bachgraben (Schwimmbad), Allschwil	
Datum / Zeit	Samstag, 9. April 2011, 10.30 – 13.30 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 8	
Ausrüstung	Wetterfeste Kleider und Schuhe	
Kosten	Fr. 6.--	
Vorkenntnisse	Man muss den <i>Golf for beginners</i> gemacht haben oder Golf spielen können.	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 25. März 2011		

Kurs Nr. 14	Salsa 1 <i>Einführungskurs</i>	3 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Erlernen des Grundschriffs und einfacher Figuren zu südamerikanischer Musik	
Ort	Sporthalle Kaserne, Gymnastikraum (hinter dem Kraftraum)	
Datum / Zeit	Mittwoch, 6. April 2011, 18.00 – 20.15 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 10 Paare	
Ausrüstung	Turn- oder Tanzschuhe	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	Wenn möglich als Paar anmelden. Einzelanmeldungen werden gerne berücksichtigt.	
Anmeldeschluss: Freitag, 25. März 2011		

Kurs Nr. 15	Salsa 2 <i>Fortgeschrittene</i>	3 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Kurze Repetition des Grundschnittes, erlernen weiterer Figuren.	
Ort	Sporthalle Kaserne, Gymnastikraum (hinter dem Kraft- raum)	
Datum / Zeit	Mittwoch, 13. April 2011, 18.00 – 20.15 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 10 Paare	
Ausrüstung	Turn- oder Tanzschuhe	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	Man muss den Salsa Einführungskurs letztes oder die- ses Jahr belegt haben oder viel Erfahrung im Paartan- zen mitbringen.	
Leitung	Y.P. Weidmann	
Besonderes	Wenn möglich als Paar anmelden. Einzelanmeldungen werden gerne berücksichtigt.	
Anmeldeschluss: Freitag, 25. März 2011		

Kurs Nr. 16	Hip Hop / Streetdance	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Erlernen verschiedener Grundschnitte und einer klei- nen Tanzchoreographie. Alles unter dem Motto: „Do the Hip Hop – Feel the beat“.	
Ort	Sporthalle Kaserne, Gymnastikraum	
Datum / Zeit	Freitag, 13./20. Mai 2011, 17.30 – 19.00 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 15	
Ausrüstung	Sportbekleidung, Turnschuhe	
Kosten	--	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Marie-Therese Müller	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 15. April 2011		

Kurs Nr. 17	Beachvolleyball	4 Lektionen
Ziel / Beschrieb	Einführung oder Festigung in die Beachvolleyball-technik mit anschliessendem Turnier.	
Ort	Beachvolleyballfelder, St. Jakob-Anlage	
Datum / Zeit	Samstag, 28. Mai 2011, 10.00 – 13.00 Uhr	
Teilnehmerzahl	max. 16	
Ausrüstung	Sportbekleidung, Sonnenbrille, Kopfbedeckung, Sonnencreme	
Kosten	Fr. 7.-- / Person	
Vorkenntnisse	nicht notwendig	
Leitung	Yves-Pierre Weidmann	
Besonderes	--	
Anmeldeschluss: Freitag, 15. April 2011		



Anmeldetalon für Kurse 1 - 3

Ich möchte mich für folgende Kurse anmelden:

Name/Vorname

Klasse

Bitte gewünschte Kurse ankreuzen!

Kurs 1	<input type="checkbox"/>	Unihockey	Sa. 20.11.10
Kurs 2	<input type="checkbox"/>	Smolballturnier	Sa. 27.11.10
Kurs 3	<input type="checkbox"/>	Power Yoga	Mi. 01./15.12.10

Datum

Unterschrift

Wenn die Maximalteilnehmerzahl überschritten wird, finden zusätzliche Kurse an Ausweichdaten statt.

Anmeldetermin: Freitag, 5. November 2010

Anmeldetalon auf dem Schulsekretariat abgeben.

Mit der Anmeldung müssen auch die entsprechenden Kurskosten einbezahlt werden.





Anmeldetalon für Kurse 4 - 6

Ich möchte mich für folgende Kurse anmelden:

Name/Vorname

Klasse

Bitte gewünschte Kurse ankreuzen!

Kurs 4	<input type="checkbox"/>	Sportklettern	Fr. 17.--	Sa. 04.12.10
Kurs 5	<input type="checkbox"/>	Women's Gym		Sa. 11.12.10
Kurs 6	<input type="checkbox"/>	Volleyballturnier		Sa. 18.12.10

Datum

Unterschrift

Wenn die Maximalteilnehmerzahl überschritten wird, finden zusätzliche Kurse an Ausweichdaten statt.

Anmeldetermin: Freitag, 19. November 2010

Anmeldetalon auf dem Schulsekretariat abgeben.

Mit der Anmeldung müssen auch die entsprechenden Kurskosten einbezahlt werden.





Anmeldetalon für Kurse 7 - 8

Ich möchte mich für folgende Kurse anmelden:

Name/Vorname

Klasse

Bitte gewünschte Kurse ankreuzen!

Kurs 7	<input type="checkbox"/>	Yoga	Mi. 19./26.01.11
Kurs 8	<input type="checkbox"/>	Selbstverteidigung	Fr. 12.-- Sa. 29.01.11

Datum

Unterschrift

Wenn die Maximalteilnehmerzahl überschritten wird, finden zusätzliche Kurse an Ausweichdaten statt.

Anmeldetermin: Freitag, 17. Dezember 2010

Anmeldetalon auf dem Schulsekretariat abgeben.

Mit der Anmeldung müssen auch die entsprechenden Kurskosten einbezahlt werden.





Anmeldetalon für Kurse 9 - 11

Ich möchte mich für folgende Kurse anmelden:

Name/Vorname

Klasse

Bitte gewünschte Kurse ankreuzen!

Kurs 9	<input type="checkbox"/>	Schneesport	Fr. 70.--	Sa. 12.02.11
Kurs 10	<input type="checkbox"/>	Wellness / Sole Uno	Fr. 15.--	Sa. 19.02.11
Kurs 11	<input type="checkbox"/>	Rebound, Entspannen/Sportmassage		Mi. 02.03.11

Datum

Unterschrift

Wenn die Maximalteilnehmerzahl überschritten wird, finden zusätzliche Kurse an Ausweichdaten statt.

Anmeldetermin: Freitag, 21. Januar 2011

Anmeldetalon auf dem Schulsekretariat abgeben.



Mit der Anmeldung müssen auch die entsprechenden Kurskosten einbezahlt werden.



Anmeldetalon für Kurse 12 - 15

Ich möchte mich für folgende Kurse anmelden:

Name/Vorname

Klasse

Bitte gewünschte Kurse ankreuzen!

Kurs 12	<input type="checkbox"/>	Golf 1	Fr. 6.--	Sa. 02.04.11
Kurs 13	<input type="checkbox"/>	Golf 2	Fr. 6.--	Sa. 09.04.11
Kurs 14	<input type="checkbox"/>	Salsa 1		Mi. 06.04.11
Kurs 15	<input type="checkbox"/>	Salsa 2		Mi. 13.04.11

Datum

Unterschrift

Wenn die Maximalteilnehmerzahl überschritten wird, finden zusätzliche Kurse an Ausweichdaten statt.

Anmeldetermin: Freitag, 25. März 2011

Anmeldetalon auf dem Schulsekretariat abgeben.

Mit der Anmeldung müssen auch die entsprechenden Kurskosten einbezahlt werden.





Anmeldetalon für Kurse 16 - 17

Ich möchte mich für folgende Kurse anmelden:

Name/Vorname

Klasse

Bitte gewünschte Kurse ankreuzen!

Kurs 16	<input type="checkbox"/>	Hip Hop/Streetdance	Fr. 13./20.05.11
----------------	--------------------------	---------------------	------------------

Kurs 17	<input type="checkbox"/>	Beachvolleyball	Fr. 7.-- Sa. 28.05.11
----------------	--------------------------	-----------------	--------------------------

Datum

Unterschrift

Wenn die Maximalteilnehmerzahl überschritten wird, finden zusätzliche Kurse an Ausweichdaten statt.

Anmeldetermin: Freitag, 15. April 2011

Anmeldetalon auf dem Schulsekretariat abgeben.

Mit der Anmeldung müssen auch die entsprechenden Kurskosten einbezahlt werden.



Kontrollbogen für Lernende

Ich habe mich für folgende Kurse angemeldet:

Kurs 1	<input type="checkbox"/>	Unihockey	Sa. 20.11.10
Kurs 2	<input type="checkbox"/>	Smolballturnier	Sa. 27.11.10
Kurs 3	<input type="checkbox"/>	Power Yoga	Mi. 01./15.12.10
Kurs 4	<input type="checkbox"/>	Sportklettern	Sa. 04.12.10
Kurs 5	<input type="checkbox"/>	Women's Gym	Sa. 11.12.10
Kurs 6	<input type="checkbox"/>	Volleyballturnier	Sa. 18.12.10
Kurs 7	<input type="checkbox"/>	Yoga	Mi. 19./26.01.11
Kurs 8	<input type="checkbox"/>	Selbstverteidigung	Sa. 29.01.11
Kurs 9	<input type="checkbox"/>	Schneesport	Sa. 12.02.11
Kurs 10	<input type="checkbox"/>	Wellness / Sole Uno	Sa. 19.02.11
Kurs 11	<input type="checkbox"/>	Rebound/Entspannen/Sportmassage	Mi. 02.03.11
Kurs 12	<input type="checkbox"/>	Golf 1	Sa. 02.04.11
Kurs 13	<input type="checkbox"/>	Golf 2	Sa. 09.04.11
Kurs 14	<input type="checkbox"/>	Salsa 1	Mi. 06.04.11
Kurs 15	<input type="checkbox"/>	Salsa 2	Mi. 13.04.11
Kurs 16	<input type="checkbox"/>	Hip Hop / Streetdance	Fr. 13./20.05.11
Kurs 17	<input type="checkbox"/>	Beachvolleyball	Sa. 28.05.11

Testatblatt Kompensations- und Freifach-Berufsschulsport

Name/Vorname

Klasse

Kurs	Anzahl Lektionen	Bestätigung/Unterschrift Kursleiter
1 Unihockey	4 Lektionen	
2 Smolballturnier	4 Lektionen	
3 Power Yoga	4 Lektionen	
4 Sportklettern	3 Lektionen	
5 Women's Gym	4 Lektionen	
6 Volleyballturnier	4 Lektionen	

7 Yoga	4 Lektionen	
8 Selbst- verteidigung	4 Lektionen	
9 Schneesport	8 Lektionen	
10 Wellness / Sole Uno	4 Lektionen	
11 Rebound / Entspannen / Sportmassage	3 Lektionen	
12 Golf 1	4 Lektionen	
13 Golf 2	4 Lektionen	
14 Salsa 1	3 Lektionen	

15 Salsa 2	3 Lektionen	
16 Hip Hop / Streetdance	4 Lektionen	
17 Beachvolley- ball	4 Lektionen	