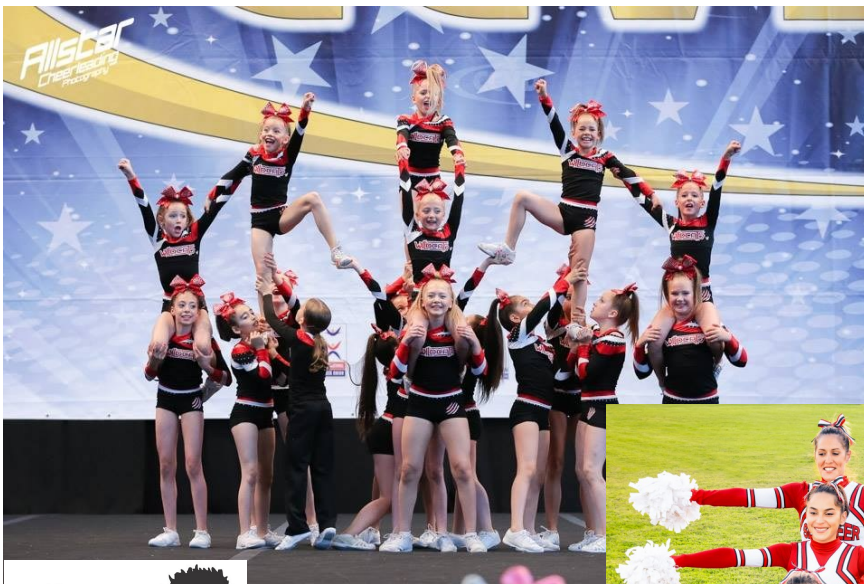


Cheerleading

Tanzen, Akrobatik und Choreographien



Teilnehmerzahl:

Ca. 15

Das solltest du können:

Du magst Bewegung und Tanzen

Das haben wir vor:

Wir lernen gemeinsam zu Tanzen und üben eine Choreographie. Wir machen auch Akrobatik und Pyramiden und möchten auftreten.

Frau Meurer, Frau Fischer

Kletter-AG

Klettern am Seil. Erlernen von Hilfestellung.



Teilnehmerzahl:

flexibel

Das solltest du können:

Du magst Bewegung und hast keine Angst vor Höhe

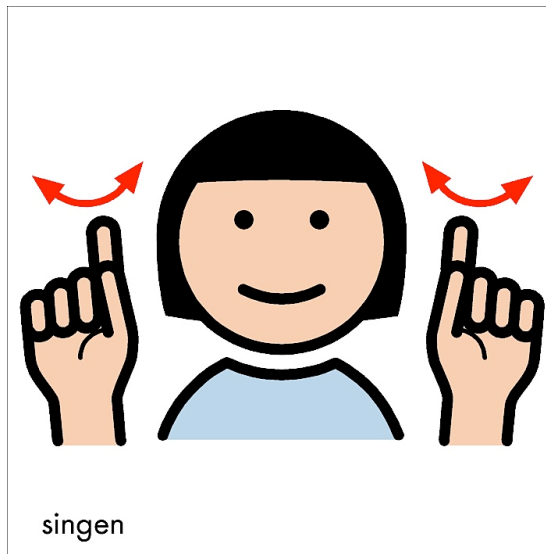
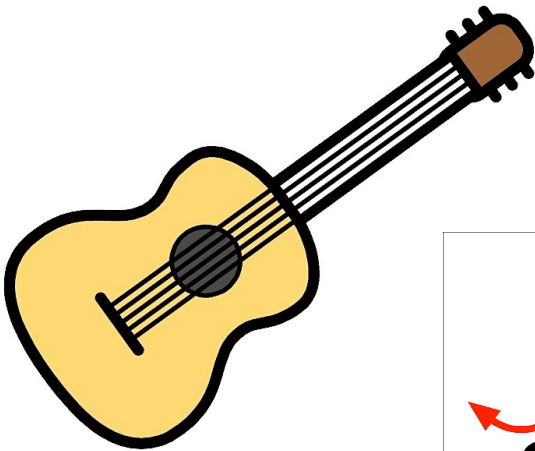
Das haben wir vor:

Wir klettern hoch hinaus, kennen und wenden Kletterkommandos an, lernen Knoten, lernen Gurte richtig anzuziehen und die anderen beim Klettern zu sichern.

Frau Ketzer, Frau Möltgen, Frau Bühler

Singkreis

Wir singen mit unserer Stimme und mit Gebärden



Teilnehmerzahl:

Flexibel

Das solltest du können:

Du magst Musik, Kinderlieder, Singen und Gitarrenklänge.

Das haben wir vor:

Wir üben altbekannte und neue Kinderlieder ein, singen und machen Musik.

Frau Greitemann, Frau Lamberz

Trommel-AG

Trommeln zu Playbacks und mit „Show-Einlagen“



Teilnehmerzahl:

flexibel

Das solltest du können:

Du solltest etwas Rhythmusgefühl haben, sitzen und zuhören können, Lautstärke gut aushalten

Das haben wir vor:

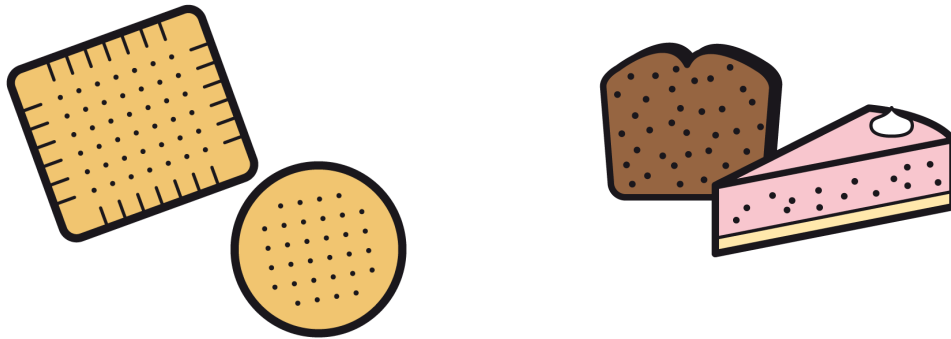
Verschiedene Rhythmen aus-

Herr Erven, Frau Dietrich

Backen

5

Wir backen z.B. für den Kaffeeservice am Freitag



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

Hygienische Vorschriften einhalten

Das haben wir vor:

Gesundheitsbelehrung, Kuchen und Plätzchen z.B. für den Kaffeeservice backen

Frau Fleischer, Frau Zielinski

Fußball — Anfänger

6

Wir spielen und üben draußen auf dem Sportplatz.



Teilnehmerzahl:

Das solltest du können:

Kondition, etwas Ballgefühl haben und dich 60 Minuten auf dem Sportplatz (ohne Toilette) bewegen können

Das haben wir vor:

Uns bewegen, Technik lernen, einfach kicken und spielen.

Frau Eden, Herr Lo Iacono

Fußball — Fortgeschritten

7

Wir spielen und üben draußen auf dem Sportplatz.



Teilnehmerzahl:

Erst ab der Mittelstufe!

Das solltest du können:

Du solltest Kondition und etwas Ballgefühl haben.

Das haben wir vor:

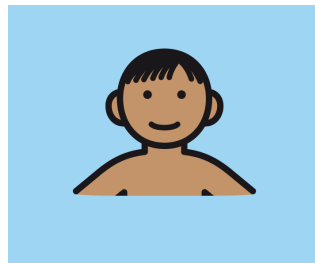
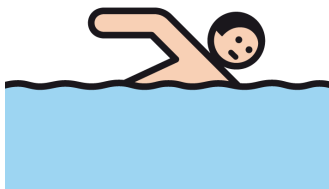
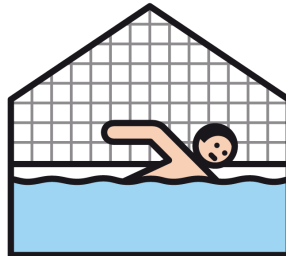
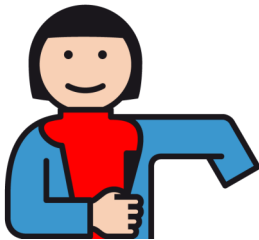
Unsere Technik verbessern, einfach kicken und auf Turnieren spielen.

Herr Alisch, Herr Knörle

Schwimmen

8

Schwimmen in Niederpleis **13:40-15:45 Uhr**



Teilnehmerzahl:

Das solltest du können:

Du solltest Spaß im Wasser haben, kannst bald schwimmen, oder schon ein bisschen. Wassertiefe: 1,20m, du musst größer sein und dich selbstständig ohne Hilfe umziehen können

Das haben wir vor:

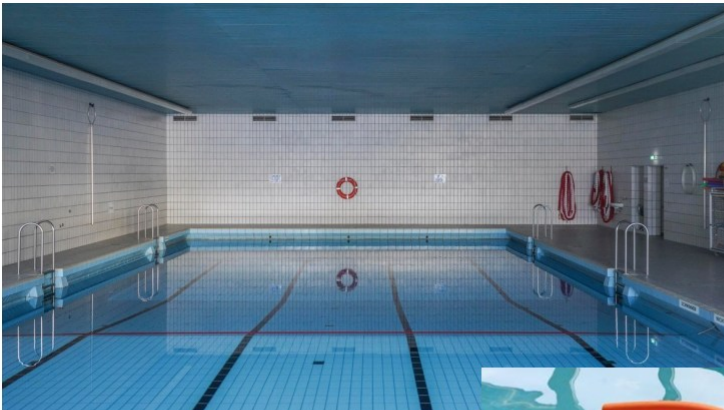
Schwimmen lernen

Frau Blaschke, Frau Neubauer, Herr Wippen

SMB-Schwimmen

9

Wir wollen Spaß im Wasser haben.



Teilnehmerzahl: 8-9

Das solltest du können:

Du solltest Wasser mögen.

Das haben wir vor:

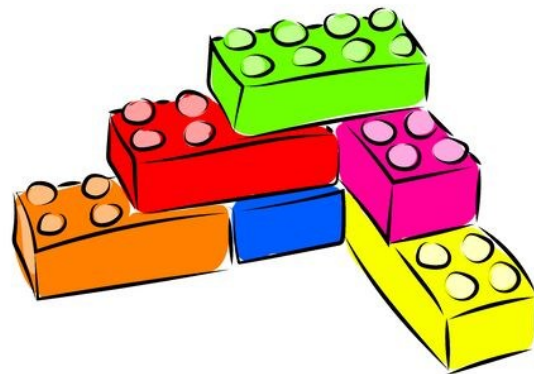
Wasser wahrnehmen und uns in ihm bewegen

Frau Bollmann, Frau Ornau, Herr Otte

Bauen und Konstruieren

10

Bauen und Konstruieren mit verschiedenen Materialien.



Teilnehmerzahl:

Flexibel

Das solltest du können:

Spaß am Bauen

Das haben wir vor:

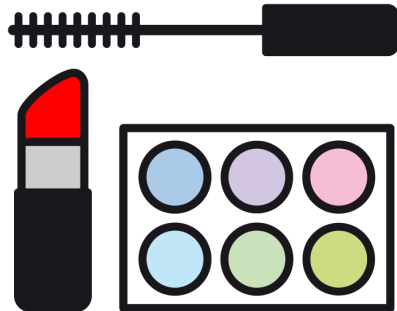
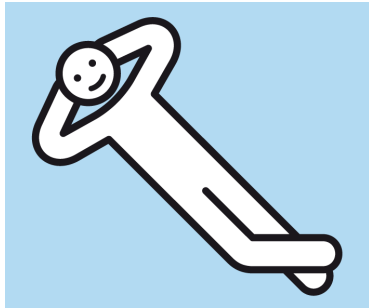
Bauen mit verschiedenen Materialien. Alle und zusammen. Frei oder nach Vorlage.

Herr Hasler, Herr Weber

Wellness, Spa & Beauty

11

Wir quatschen, genießen, entspannen und machen uns schön



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

Du solltest Spaß am Beauty-Kram haben

Das haben wir vor:

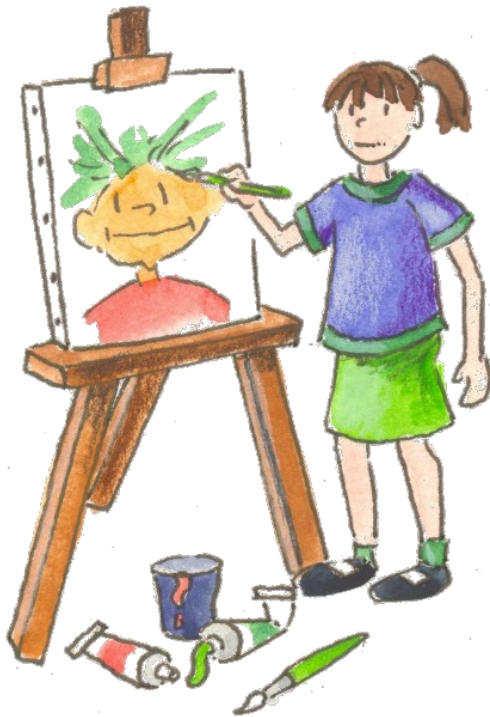
Nägel lackieren, uns pflegen und entspannen und über Mode und über uns selbst sprechen

Frau Burgsmüller, Frau Kisteneich

Malatelier

12

Freies Malen im Malatelier



Teilnehmerzahl:

8-9

Das solltest du können:

Du magst den Umgang mit Farben und Pinseln.

Das haben wir vor:

Wir malen frei und ohne Bewertung.
Wir drücken uns beim Malen aus.

Frau Staab, Frau Feldes

HHS - Fitnessstudio

13

Wir werden fit!



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

Spaß an Bewegung haben, Fitnessübungen nachmachen

Das haben wir vor:

Fitnessübungen erlernen, ein eigenes Fitnessprogramm entwickeln, gesunde und fitnesssteigernde Ernährung kennenlernen

Frau Wolter-Busch, Frau Hoffmann

Walking-AG

14

Fit bei Wind und Wetter



Teilnehmerzahl:

Flexibel

Das solltest du können:

Ca. 60 Minuten zügig gehen können.

Das haben wir vor:

Wir machen flotte Spaziergänge bei jedem Wetter z.B. Richtung Menden oder Richtung Hangelar. Der Klostergarten und die zahlreichen Feldwege rund um unsere Schule sind immer Teil der Runde.



Frau Opiela, Frau Keuch

Karaoke-AG

Singen, tanzen, Spaß haben!



Teilnehmerzahl:

Flexibel

Das solltest du können:

Du magst Musik und hast Spaß am Singen.

Das haben wir vor:

Es kommt nicht darauf an, besonders gut singen oder lesen zu können - wir wollen gemeinsam Spaß haben!

Frau Wieland, Frau Lechterbeck

Chill-Out

16

Wir entspannen und kommen zur Ruhe



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

ruhige Momente mögen

Das haben wir vor:

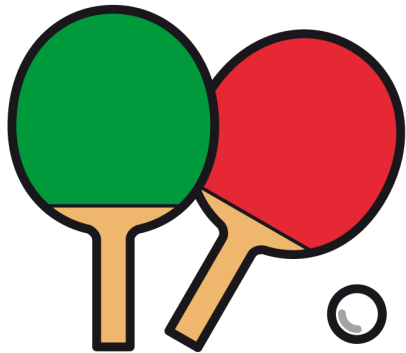
Entspannen, liegen, zur Ruhe kommen, wahrnehmen.

Steht noch nicht fest

Tischtennis

17

Wir spielen Tischtennis



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

Ballgefühl, mit einem Schläger einen Ball treffen können

Das haben wir vor:

Tischtennis spielen und Vielleicht ein paar Techniken lernen

Steht noch nicht fest

Basteln

18

Kleben, malen, basteln, filzen



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

Spaß an kreativem Gestalten

Das haben wir vor:

Wir wollen kleben, malen, basteln und filzen. Bing Spaß und gute Laune mit!

Frau Opitz, Frau Besser

Wahrnehmen mit allen Sinnen

19

Wir wollen fair und mit Regeln miteinander kämpfen.



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

Die Welt mit allen Sinnen wahrnehmen.

Das haben wir vor:

Wir beschäftigen uns mit Sand, Ton, Schaum und vielem mehr.

Steht noch nicht fest

Spazieren bei Wind und Wetter



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

Bei der Gruppe bleiben

Das haben wir vor:

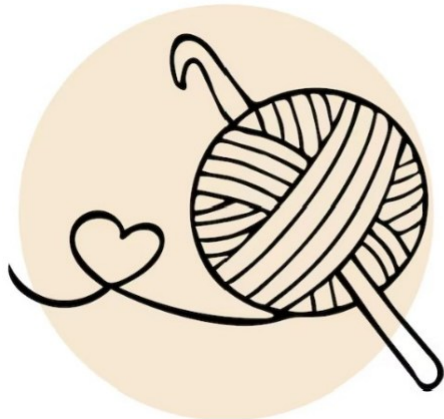
Spazieren bei jedem Wetter.

Spielen und bauen mit Naturmaterialien.

Kreatives Gestalten

21

Häkeln, nähen, weben



Teilnehmerzahl: flexibel

Das solltest du können:

Spaß an kreativem Gestalten

Das haben wir vor:

Wir wollen häkeln, nähen und weben.
Zum Beispiel Schmuck herstellen und
Armbänder machen.

Frau Kaiser-Lhamoumi, Frau Schöps