



Freifächer „Sport“

Beginn: ab Montag, 21. August 2023

Angebot Schuljahr 2023/24

	Freies Training				
	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne Anmeldung • Leichtathletik/Geräteturnen • Üben für Sportprüfungen 	Jeden Mittwoch und Donnerstag nach speziellem Plan: Anhang!	12.00 – 13.00 h	1.+4.Quartal: Obere Aussenanlage 2.+3.Quartal: Halle 2 und 3	A. Brunschwiler P.Casty
	Fitness				
	<ul style="list-style-type: none"> • Crossfit 	Wechselnde Daten	12.10 – 13.00 h	Crossfit Raum	M. Taisch
	Schwimmen				
	<ul style="list-style-type: none"> • Individuelles Training 	Dienstag	12.10 – 13.00 h	Schwimmbad	S. Kühne
<ul style="list-style-type: none"> • Individuelles Training 	Donnerstag	12.00 – 12.50 h	Schwimmbad	A. Grob	
	Tanzen				
	<ul style="list-style-type: none"> • Vorbereitung für den Kanti-ball 	Dienstag (2. Semester)	12.00 – 13.00 h	Doppelhalle oben	Ch. Tobisch P. Fröhlich



Krafttraining					
	<ul style="list-style-type: none"> Individuelles Training (Einschreibung am Montag 22.08.2023 um 12.10 im Theorieraum Sand) 	Dienstag	12.00 – 13.00 h	Kraftraum	M. Sträuli
	<ul style="list-style-type: none"> Individuelles Training (Einschreibung am Dienstag 24.08.2023 um 12.10 im Theorieraum Sand) 	Donnerstag	12.00 – 13.00 h	Kraftraum	Ch. Tobisch
	<ul style="list-style-type: none"> Einführungskurs Freihanteltraining (Anmeldung an M. Taisch: marcel.taisch@bks-campus.ch) 	Dienstag	12.10 – 12.50 h	Freihantelkraftraum	M. Taisch
Kantimeisterschaften					
 	<ul style="list-style-type: none"> Fussball 	Dienstag und Donnerstag (1. Semester)	12.10 – 13.10 h	Zuerst draussen danach Hallen 2 – 4	F. Fossati
	<ul style="list-style-type: none"> Unihockey 	Donnerstag (Weihnachtsferien – Frühlingsferien)	12.10 – 13.10 h	Hallen 1	F. Fossati