



Freifächer „Sport“

Beginn: ab Montag, 18. August 2025

Angebot Schuljahr 2025/26

	Freies Training				
	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne Anmeldung • Leichtathletik/Geräteturnen • Üben für Sportprüfungen 	Jeden Dienstag und Donnerstag nach speziellem Plan: Anhang!	12.10 – 13.10 h	1.+ 4.Quartal: Obere Aussenanlage 2.+3.Quartal: DH oben	M. Hoffmann P.Casty
	Schwimmen				
	• Individuelles Training	Dienstag	12.00 – 12.50 h	Schwimmbad	A. Grob
	• Individuelles Training	Donnerstag	12.00 – 12.50 h	Schwimmbad	S. Kühne
	Volleyball				
	• Freies Training	Dienstag	12.00 – 13.00 h	Halle 1 - 4	M. Sträuli
	Tanzen				
	• Vorbereitung für den Kanti-ball	Donnerstag (2. Semester)	12.00 – 13.00 h	Halle 4	Ch. Tobisch P. Fröhlich



	Krafttraining				
	<ul style="list-style-type: none"> Individuelles Training (Einschreibung am Montag, 18.8.2025 um 12.10 im Theorieraum Sand) 	Montag	12.10 – 13.00 h	Kraftraum	Ch. Tobisch
	<ul style="list-style-type: none"> Individuelles Training (Einschreibung am Donnerstag, 21.8.2025 um 12.10 im Theorieraum Sand) 	Donnerstag	12.10 – 13.00 h	Kraftraum	M. Sträuli
	<ul style="list-style-type: none"> Einführungskurs Freihanteltraining (Anmeldung bei M. Taisch via Teams) 	Donnerstag	12.10 – 13.00 h	Freihantelkraftraum	M. Taisch

 	Kantimeisterschaften				
	<ul style="list-style-type: none"> Fussball 	Montag 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	Halle 2	F. Fossati