

Nr.	Thema	Altersbeschränkung!	Bedenkenswertes, mitbringen	Info
1	American Football			Was ist American Football?
2	Badminton - Training			
3	Badminton - Turnier			
4	Ballett - Basics			
5	Baseball	ab 7. Klasse	für Mädchen sehr geeignet	
6	Basketball			
7	Beach-Volleyball			
8	Boxen			
9	Capoeira	nur Klassen 5.- 6. und 9. - Q1		Was ist Capoeira?
10	Cheerdance			Was ist Cheerdance?
11	Dance-Workout meets Power-Workout	ab 8. Klasse	Matte oder Handtuch	Beschreibung
12	Drachenbootfahren		nur Schwimmer, Sport- oder Schwimmkleidung, Wechselkleidung	
13	Fechten			
14	Funktional Tabata		Matte oder Handtuch	Was ist Tabata?
15	Fußball			
16	Hallenhockey	5. - 8. Klasse		
17	Hapkido	7. und 8. Klasse		Was ist Hapkido?
18	Hula-Hoop			
19	Hyrox			Was ist Hyrox?
20	Inliner		Inliner, Helm, Protektoren	
21	Kleine Fahrradtour ins Grüne		Fahrrad, Helm	
22	Kursangebot FitX	ab 9. Klasse		
24	Musical-Dance			
25	Paar-Tanz	ab 8. Klasse		
26	Power-Yoga		Matte	
27	Salsa für die Oberstufe	ab 10. Klasse		
28	Selbstverteidigung für Mädchen	ab 9. Klasse	nur für Mädchen	
29	Spaßgeräte auf dem Schulhof			Welche Geräte sind da?
30	Sportgeräte bei FitX ausprobieren	ab 9. Klasse		
31	Stand-Up-Paddeln	ab 8. Klasse	Schwimmer	
32	Street-Handball			

33	Taekwondo	5. und 6. Klasse		
34	Tauchen	ab 10 Jahre	Bescheinigung, Schuhgröße angeben	Bescheinigung
35	Tennis			
36	Tischtennis			
37	Trendsport (in-door-Parcours)			
38	Trimm Dich fit (Laufparcours)	5.- 7. Klasse	Outdoor-Sportkleidung	
39	Comics am Computer		Bleistift, Papier, Radierer, Handy	
40	Einführung ins Yoga			
42	Gesundes Frühstück und Lunchpakete		Brettchen, Schälmesser	
43	Japanisches Trommeln			
44	Let's chill together: schütteln, tanzen, meditieren		Matte oder Handtuch	
45	Meditation & Achtsamkeit, Resilienz, Wohlbefinden		Matte oder Handtuch	
46	Meditatives Sticken		ein Textilstück freier Wahl	
47	Mediterrane Snacks		Brettchen und Schälmesser	
48	Mosaik im 3. Stock			
49	Multikulturelle Wraps			
50	Schach-Spiel			
51	Smoothies			
52	Spielen macht glücklich	7. - 9. Klasse		Erklärung
53	Stimme - Atmung - Körperklang		Matte oder Handtuch, Socken	Weitere Infos
54	Trommeln - Cajon			
55	Trommeln - Samba			
56	Upcycling	ab 8. Klasse	T-Shirt oder Stoff	
57	Tanz-Workshop mit eigenen Choreografien		Stoppersocken	Erklärung
58	Körpertechniken: Pilates und Co		Matte, dicke Socken	Erklärung