

Freiwilliger Schulsport

Kurse im Schuljahr 2022/23



Liebe Eltern

Sport und Bewegung im Kindesalter sind wichtig für die Entwicklung der motorischen und kognitiven Fähigkeiten Ihrer Kinder, vor allem aber auch der sozialen Fähigkeiten. Umgang mit Emotionen – Lernen zu Gewinnen und zu Verlieren – Teil eines Teams zu sein – sich an Regeln halten – hier leistet der Schulsport einen wichtigen Anteil an der Entwicklung Ihrer Kinder.

Ich freue mich auch in diesem Jahr den Kindern ein vielseitiges und spannendes Schulsportangebot anzubieten.

Die Kurse werden als Semesterkurse ausgeschrieben, da der Schulsport die Brücke zu den Vereinen bildet und die Kinder die Chance haben sollen, verschiedene Sportarten auszuprobieren. Der Velokidskurs wird auf Grund des Kursaufbaus als Jahreskurs angeboten.

Die Rechnung für die Einschreibgebühren wird Ihnen zusammen mit der Kursbestätigung per Post geschickt.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Schulverwaltung Tel. 044 925 54 00 oder per Email an schulsport@schulemeilen.ch.

Ich wünsche Ihnen eine gute Sommerzeit und freue mich auf zahlreiche Anmeldungen.

Sportliche Grüsse

Claudio Koch
Leiter Schulsport

- Teilnehmende:** Schülerinnen und Schüler der Schule Meilen.
Für 1. Kindergartenkinder und Sekundarschüler werden keine Kurse angeboten.
- Kursdauer:** Die Kurse sind in der Regel Semesterkurse. Ausnahmen sind erwähnt.
- Kursbeginn:** Die Kurse beginnen in der ersten Schulwoche ab Montag, 22. August 2022
Ausnahmen sind erwähnt.
- Anmeldung:** Sie können Ihre Kinder ab Samstag, 11. Juni 2022, 14.00 Uhr, bis
Samstag, 25. Juni 2022, 14.00 Uhr, für maximal zwei Kurse via Online-
Formular anmelden. Die Anmeldungen sind verbindlich und werden nach
Eingang berücksichtigt. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.
- Kosten:** Fr. 60.– Einschreibegebühr für Verwaltungs- und Organisationsaufwand.
Die Einschreibegebühr wird semesterweise verrechnet.
- Abmeldung
2. Semester:** Muss bis spätestens 13. Januar 2023 an die Schulverwaltung
schulsport@schulemeilen.ch gerichtet werden.
- Krankheit:** Kann ein Kind den Kurs nicht besuchen, muss es direkt bei der Kursleitung
abgemeldet werden.
- Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmenden.

Zu Beachten:

- 1) Möchte Ihr Kind den gleichen Kurs im 2. Semester weiterhin besuchen, müssen Sie es nicht erneut anmelden. Bitte melden Sie Ihr Kind aber per Email ab unter schulsport@schulemeilen.ch, falls es den Kurs im 2. Semester nicht mehr besuchen möchte.
- 2) Kurse finden nur ab mindestens acht Teilnehmenden statt. Sollte ein Kurs aufgrund zu tiefer Teilnehmerzahl nicht oder nicht mehr durchgeführt werden, werden die Eltern informiert.
- 3) Aus besonderen Gründen können Kurse zeitlich verschoben werden oder finden an einem anderen Ort statt.
- 4) Neuanmeldungen während eines laufenden Semesters sind möglich. Kurse mit freien Plätzen werden auf der Homepage der Schule Meilen ausgeschrieben.

Inhalt

1	Zumba® Kids
2	Klettern
3	Leichtathletik am Mittwoch
4	Leichtathletik am Montag
5	Leichtathletik 2. Kindergartenjahr
6	Velokids - Jahreskurs / 14-tägig
7	Tennis
8	Ballsport
9	Turnen an Geräten
10	Polysport Primar in den Schuleinheiten
11	Polysport 2. Kindergartenjahr

1 Zumba® Kids

- Leiterin:** Luisa Perrone
Tel. 079 509 60 39
pe.lu@hotmail.com
- Tag / Zeit:** Montag, 18.00 - 18.45 Uhr
- Ort:** Turnhalle Dorf unten
- Stufen:** 3. - 6. Klasse
- Kursdauer:** Semesterkurs
- Einschreibegebühren:** Fr. 60.- pro Semester
- Teilnehmende:** maximal 20 Kinder
- Kursinhalt:** Für alle Tanzbegeisterten, die mit viel Spass und cooler Musik zu einfachen Choreos spielerisch tanzen möchten.
- In der Zumba® Kids Stunde werden coole Tanzschritte und Choreographien zu abwechslungsreichen und packenden Rhythmen geübt. Auf tänzerische Weise werden Balance, Koordination, Teamwork und Erinnerungsvermögen trainiert. Ein lustiges Zusammenspiel, wobei der Spass und die Bewegung an erster Stelle stehen!

2 Klettern

Leiter: Martina Wunderli
schulsport@gmx.ch

Tag / Zeit: Mittwoch, 17.30 - 18.15

Ort: Turnhalle Obermeilen 1 (mit Kletterwand)

Stufen: 4. - 6. Klasse

Kursdauer: Semesterkurs

Einschreibegebühren: Fr. 60.- pro Semester

Teilnehmende: max. 12 Kinder

Kursinhalt: Ob Anfänger*in oder Fortgeschrittene*r kletterst du dabei an der Kletterwand (mit Turnschuhen). Du lernst einerseits das Thema Bouldern kennen, aber auch die wichtigsten Knoten, die es zum Klettern braucht, damit du auch fähig bist, jemanden am Seil zu sichern. Als Anfänger*in brauchst du etwas Geduld, bis du eine anspruchsvollere Route sicher klettern kannst. Wir werden aber auch andere Geräte, Aufstellungen und Spielformen nutzen, um die Voraussetzungen (Kraft, Gleichgewicht, Beweglichkeit, Kondition, Koordination, Konzentration, Zusammenarbeit im Team und Vertrauen) zu schulen.

Wichtig für die Aufnahme in den Kurs: Absolutes Schmuckverbot wegen der Verletzungsgefahr!

3 Leichtathletik am Mittwoch

Leiterin: Gabi Urech
gurech@bluewin.ch
Tel. 079 232 58 14

Tag / Zeit: Mittwoch, 17.00 - 18.15 Uhr

Ort: Sportanlage Allmend

Stufen: 1. - 3. Klasse

Kursdauer: Semesterkurs

Einschreibegebühren: Fr. 60.- pro Semester

Teilnehmende: maximal 18 Kinder

Kursinhalt: Vielseitiges und spielerisches Training – sowohl draussen an der frischen Luft als auch in der Sporthalle. Hast du Freude an Weitsprung, Ballwurf, Schnellauf, Hochsprung oder gar kurzen Ausdauerläufen? Dann bist du bei uns richtig. Wir nehmen auch regelmässig an freiwilligen Wettkämpfen in der Region teil.

4 Leichtathletik am Montag

Leiterin: Dorota Gaszewska
dorota.gc@gmail.com
Tel. 076 500 29 70

Tag / Zeit: Montag, 17.00 - 18.15 Uhr

Ort: Sportanlage Allmend

Stufen: 1. - 3. Klasse

Kursdauer: Semesterkurs

Einschreibegebühren: Fr. 60.- pro Semester

Teilnehmende: maximal 25 Kinder

Kursinhalt: Vielseitiges und spielerisches Training – sowohl draussen an der frischen Luft als auch in der Sporthalle. Hast du Freude an Weitsprung, Ballwurf, Schnellauf, Hochsprung oder gar kurzen Ausdauerläufen? Dann bist du bei uns richtig. Wir nehmen auch regelmässig an freiwilligen Wettkämpfen in der Region teil.

5 Leichtathletik 2. Kindergartenjahr

Leiterin:	Gabi Urech gurech@bluewin.ch Tel. 079 232 58 14
Tag / Zeit:	Dienstag, 16.30 - 17.30 Uhr
Ort:	Sportanlage Allmend
Stufen:	2. Kindergartenjahr
Kursdauer:	Semesterkurs
Einschreibegebühren:	Fr. 60.- pro Semester
Teilnehmende:	maximal 18 Kinder
Kursinhalt:	Vielseitiges und spielerisches Training – sowohl draussen an der frischen Luft als auch in der Sporthalle. Hast du Freude an Weitsprung, Ballwurf, Schnellauf, Hochsprung oder gar kurzen Ausdauerläufen? Dann bist du bei uns richtig. Wir nehmen auch regelmässig an freiwilligen Wettkämpfen in der Region teil.

6 Velokids

- Leiterin:** Françoise Carmohn
Tel. 044 984 42 02
fcarmohn@ggaweb.ch
- Tag / Zeit:** Freitag 14-täglich
Gruppe A: 15.30 - 17.00 Uhr
Gruppe B: 16.30 - 18.00 Uhr
- Ort:** Turnhalle Obermeilen 3
- Stufen:** 2. - 4. Klasse
- Kursdauer:** Jahreskurs
- Einschreibegebühren:** Fr. 60.- pro Semester
- Teilnehmende:** maximal 9 Kinder pro Gruppe
- Kursinhalt:** Auf dem Rennrad erlernst du mit viel Spass alles, was es zu einem guten, sportlichen Radfahrer braucht: Sicherheit im Verkehr und auf dem Rad, Geschicklichkeit, Fahrtechnik, Fahren in der Gruppe, Spielformen, Radtouren, Rennanlässe. Bei Schlechtwetter in der Turnhalle, sonst im Freien auf dem Pausenplatz und verkehrsarmen Strassen. Rennräder stehen zur Verfügung (das eigene Rad kann nicht mitgenommen werden), Helm und Hallenturnschuhe sind Sache der Teilnehmer. Die definitive Aufnahme hängt vom ersten Schnuppertraining ab.
- Besonderes:** Die Gruppeneinteilung wird beim ersten Mal (Freitag, 26. August 2022) mit der Kursleiterin besprochen. Eine erwachsene Begleitung ist erwünscht.

7 Tennis

Leiter: Markus Reupke
maexe@bluewin.ch
Tel. 079 365 55 77

Tag / Zeit:

Kurs A:	Dienstag, 16.15 - 17.15 Uhr
Kurs B:	Dienstag, 17.15 - 18.15 Uhr
Kurs C:	Donnerstag, 16.15 - 17.15 Uhr
Kurs D:	Donnerstag, 17.15 - 18.15 Uhr

Ort:

Sommer:	Tennisplätze Allmend
Winter:	Turnhalle Dorf

Stufen:

Kurs A + C:	1. - 3. Klasse / Anfänger
Kurs B + D:	4. - 6. Klasse / Fortgeschrittene

Kursdauer: Semesterkurs

Einschreibegebühren: Fr. 60.- pro Semester

Teilnehmende:

Kurs A + C:	maximal 14 Kinder
Kurs B + D:	maximal 16 Kinder

Kursinhalt: Spielerisches Erlernen der Grundkenntnisse in den Anfängerkursen. Vertiefen bereits vorhandener Kenntnisse in den Fortgeschrittenenkursen. Schläger und Bälle werden zur Verfügung gestellt. Von den Sommerferien bis zu den Herbstferien werden die Kurse wenn immer möglich outdoor abgehalten. Entsprechende Bekleidung ist gefordert. Getränke werden selber mitgebracht.

8 Ballsport

Leiterin: Christina Schuler-Moor
chrigimoor@gmx.ch
Tel. 076 395 44 30

Tag / Zeit: Donnerstag, 17.30 - 18.30 Uhr

Ort: Turnhalle Allmend

Stufen: 1. - 3. Klasse

Kursdauer: Semesterkurs

Einschreibegebühren: Fr. 60.- pro Semester

Teilnehmende: maximal 20 Kinder

Kursinhalt: Spiel und Spass und natürlich der Ball sollen im Vordergrund stehen. Wir lernen auf spielerische Weise verschiedene Ballsportarten kennen. Koordination, Kondition und Ballgefühl werden gefördert. Das Miteinander und der Teamgeist werden gestärkt und dadurch der Grundstein für diverse Ballsportarten gelegt.

9 Turnen an Geräten

Leiterin: Martina Wunderli
schulsport@gmx.ch

Tag / Zeit: **Kurs 1:** Montag, 16.45 - 17.30 Uhr
Kurs 2: Montag, 17.30 - 18.15 Uhr

Ort: Turnhalle Allmend

Stufen: **Kurs 1:** 1. - 3. Klasse
Kurs 2: 4. - 6. Klasse

Kursdauer: Semesterkurs

**Einschreibe-
gebühren:** Fr. 60.- pro Semester

Teilnehmende: **Kurs 1:** maximal 12 Kinder
Kurs 2: maximal 12 Kinder

Kursinhalt: Turnst du gerne an grossen Geräten (Boden, Reck, Ringe, etc.), willst du neue „Kunststücke“ erlernen oder auch zirkusnahe Disziplinen üben (Jonglieren, Trapez, etc.)? Dann bist du hier richtig! Wir rollen, schwingen, laufen, springen, stützen, balancieren, kräftigen, dehnen und vieles mehr, was dem Erlernen attraktiver „Stunts“ allein oder zusammen dient, wobei die Freude an der Bewegung im Vordergrund steht.

Wichtig für die Aufnahme in den Kurs: Absolutes Schmuckverbot wegen der Verletzungsgefahr!

10 Polysport Primar in den Schulen

	Allmend	Obermeilen
Leiter/in:	Erich Kälin erich.kaelin@schulemeilen.ch Tel. 079 643 17 93	Anouk Koch anouk.koch@schulemeilen.ch
Tag / Zeit:	Freitag, 12.45 - 13.30 Uhr	Dienstag, 15.30 - 16.15 Uhr
Ort:	Turnhalle Allmend	Turnhalle Obermeilen 2
Stufen:	4. - 6. Klasse	2. - 3. Klasse
Kursdauer:	Semesterkurs	
Einschreibegebühren:	Fr. 60.- pro Semester	
Teilnehmende:	maximal 23 Kinder	
Kursinhalt:	Vielseitig und abwechslungsreich, das ist Polysport! Wir spielen verschiedenste Spielsportarten: Unihockey, Fussball, Handball, Badminton, Tennis, Parkour, Baseball, Smolball, Frisbee, andere kleinere Ballspiele und vieles mehr. Wir lernen neue Sportarten kennen, verbessern unsere Technik und tauchen in die grosse Welt des Spielsports ein.	

Die SchülerInnen der jeweiligen Schule haben bei der Anmeldung Priorität.

11 Polysport 2. Kindergartenjahr

Leiterin: Christina Schuler-Moor
chrigimoor@gmx.ch
Tel. 076 395 44 30

Tag / Zeit: **Kurs 1:** Donnerstag, 15.30 - 16.30 Uhr
Kurs 2: Donnerstag, 16.30 - 17.30 Uhr

Ort: Turnhalle Allmend

Stufen: 2. Kindergartenjahr

Kursdauer: Semesterkurs

Einschreibegebühren: Fr. 60.- pro Semester

Teilnehmende: maximal 12 Kinder

Kursinhalt: Spiel und Spass stehen bei uns im Vordergrund. Wir machen Stafetten, Bewegungsparcours, Fangen, Völkerball und natürlich auch diverse Ballspiele sowie alles, was den Kindern Freude bereitet. Die Bewegung, Kreativität und das Körpergefühl der jungen Sportler soll dadurch gestärkt werden.