

Kursbeschreibungen

Damit du dein Kursprogramm zusammenstellen kannst, ist es wichtig, dass du die Beschreibung der verschiedenen Kurse gut durchliest. So weisst du, was dich im Kurs erwartet und was die Anforderungsbedingungen sind.

Viel Spass bei der Auswahl.

Fussball

Mit dem FC Meilen kannst du zusammen im Team das ABC des Fussballs erschnuppern. Dies geschieht auf spielerische Art und Weise, stets mit dem Ball, mit Freude am Spiel und gespickt mit Geschicklichkeits-, Beweglichkeits- und Spielformen. Am Schluss darf "s'Mätschle" nicht fehlen. Selbstverständlich sind Mädchen (Girls-Soccer) und Knaben herzlich willkommen.

Handball

In eineinhalb Tagen lernst du auf spielerische Art und Weise den Handballsport kennen. Neben Übungen zu grundlegenden Elementen der Technik und Taktik, sollen vor allem das Spielen, die Freude an der Bewegung und der Teamspirit im Vordergrund stehen.

Judo

Du lernst die grundlegenden Techniken des Wettkampfsportes Judo kennen. Dazu gehören Falltechniken, einige Würfe und Festhalter am Boden. Ziel des Kurses ist, dass du am Ende des Kurses das Gelernte in einem kleinen internen Randori (Übungswettkampf) anwenden kannst.

Leichtathletik

Im Sportcamp möchte der LC Meilen dir die Möglichkeit bieten, ein bisschen Leichtathletikluft zu schnuppern. Laufen, Hoch- und Weitspringen und natürlich verschiedenste Wurfdisziplinen wie Ball, Kugel, Diskus und Speerwurf kannst du einmal hautnah erleben.

Schach

Du lernst die Regeln des Schachspielens kennen. Am Ende des Kurses kannst du Schach spielen. Kannst du bereits Schach spielen, werden wir dir stufengerecht neue Tricks beibringen. Wir werden die ungeschriebenen Gesetze des Schachs mit gereimten Merksprüchen schulen, z.B. *Gibt's im Bauerwall erst Lücken soll'n die Türme dorthin rücken!*

Teamchallenge - Du bist Dein Team!

Im Team trittst du in verschiedenen Challenges an. Die Aufgaben, die dich erwarten sind sportlich oder kreativ. Manchmal braucht es Geduld, Geschick oder Köpfchen. Auf alle Fälle kannst du Vollgas geben, denn alle deine Fähigkeiten sind gefragt. Gemeinsam mit einem aufgestellten Leiterteam gilt «Alle für einen, einer für alle»!

Theatersport

Klatschen, spielen, lachen, bewegen und reden in der Gruppe, als Team, zu zweit oder alleine. Wir erforschen zusammen, wie wir uns mit unserer Mimik, unserer Stimme, dem Körper ausdrücken können und schlüpfen auf der Bühne in verschiedene Rollen. Die Spielfreude und der Spass stehen im Vordergrund. In Theaterübungen kannst du dich als eine ganz andere Person darstellen und lernst neue Eigenschaften von dir kennen. Zum Abschluss treten wir in kleinen Teams gegeneinander an und sammeln Punkte.

Unihockey

Dir werden auf spielerische Art die Grundkenntnisse des Unihockeysports beigebracht. Wir werden zusammen die Techniken des Passens und Schiessens und grundsätzlich das Spielen trainieren.

Akrobatik / Vertikaltuch (ab der 3. Klasse)

In diesem Kurs geht es um akrobatisch-spezifisches Trainieren von Kraft und Beweglichkeit, indem du Figuren am Vertikaltuch und am Luftakrobatik-Ring sowie boden- und partnerakrobatische Figuren erlernst. Auch Slackline wird ein Thema sein.

Basketball (ab der 3. Klasse)

Hast du Lust, deine Ballkontrolle beim Basketball zu verbessern? Möchtest du lernen, wie Profis den Ball werfen und die wichtigsten Spielzüge trainieren? Neben vielen Übungen wird auch das Spiel nicht zu kurz kommen.

Mountainbike (ab der 4. Klasse)

Du lernst dein Velo in jeder Situation zu beherrschen. Das erreichen wir mit Spielen, Übungen mit Hindernissen und bei kleinen Bike-Touren am Pfannenstiel. Voraussetzungen sind ein fahrtüchtiges Velo und ein Velohelm.

Schwimmen

Du musst in der Lage sein, zwei bis vier Längen im 25m-Becken schwimmen zu können. Wir lernen bzw. verbessern die Schwimmarten und üben verschiedene Spiel- und Lernformen.

Kreuze bei der Anmeldung zwingend an:

Anfänger = du fühlst dich im Wasser noch nicht sicher

Fortgeschritten = du fühlst dich im Wasser einigermaßen sicher

Profi = du fühlst dich im Wasser sehr sicher