

AG Angebote für das Schuljahr 2019 /20

Pflicht-AGs für alle Schüler/innen der Profilklassen

Eure AGs wählt ihr für ein Jahr, die AGs können nicht zwischenzeitlich abgewählt oder gewechselt werden!

Bläserklasse 6-10

Diese AG kann nicht angewählt werden. Sie ist Pflicht-AG für die Teilnehmer am Profil Bläserklasse.

Chorklasse 6-7

Diese AG kann nicht angewählt werden. Sie ist Pflicht-AG für die Teilnehmer am Profil Chorklasse.

Forscherklasse 6-10

Diese AG kann nicht angewählt werden. Sie ist Pflicht-AG für die Teilnehmer am Profil Forscherklasse.

AG-Wahl Angebote

Sport

Tischtennis 5-10

MONTAG

Tischtennis ist eine Sportart, die unabhängig von Alter und körperlichen Voraussetzungen betrieben werden kann. Im Vergleich zu anderen Ballsportarten ist das Verletzungsrisiko relativ gering.

Das Training ist so angelegt, dass als erstes das Gefühl für den Ball entwickelt wird. Durch gezielte Vor- und Rückhandübungen, Aufschläge und leichte Bewegungsübungen wollen wir den Spaß und euer Interesse an der Sportart Tischtennis wecken. Das Ganze wird gepaart mit "Spaßspielen". Training an der halben Platte - verstärkt das Ballgefühl - drei Platten hintereinander - Entwicklung des Schlagarmes - kleine Spiele gegeneinander - der Ehrgeiz sollte auch entwickelt werden - und anderen lustigen Übungen.

Reiten 5-8

MONTAG

Die Kinder lernen Verantwortung zu übernehmen und werden beim Umgang mit dem Pferd/Pony in ihrem Selbstvertrauen gestärkt. Die Reit-AG findet jeweils montags von 14.30 - 16.00 Uhr in Kooperation mit dem Reitverein Hannover auf dessen Reitanlage in der Nähe des Lister Bades statt. Die Kinder und Jugendlichen können erste Reiterfahrten sammeln, oder die schon bestehenden Fähigkeiten erweitern. Neben dem Reittraining sollen vor allem der Kontakt und der respektvolle Umgang mit dem Pferd im Vordergrund stehen.

Für die AG wird ein Kostenbeitrag erhoben. Er beträgt für das 1. und 2. Schulhalbjahr jeweils 105,00 €.

Judo 5-10

MONTAG

In dieser Arbeitsgemeinschaft wird neben koordinativen und konditionellen Fähigkeiten auch der faire Umgang mit dem Partner geschult. Techniken in der Bodenlage und im Stand können über unterschiedliche Übungsreihen erlernt werden. Über spielerische Zweikampfformen sind die erlernten Techniken dann anzuwenden. Neben dem AG-Alltag in der Schule, wird es auch mindestens einen Unterrichtsgang in das Sportleistungszentrum geben. Übungsleiter wird der Landestrainer Judo Patrick Kuptz sein.

Fußball 5-8**MONTAG**

Du spielst gerne Fußball? Dann bist du in dieser AG genau richtig! Dabei ist egal, in welche Klasse du gehst, ob du ein Mädchen oder ein Junge bist und ob du sonst im Verein spielst oder in deiner Freizeit gerne auf dem Bolzplatz kickst. In der Fußball AG geht es um Teamfähigkeit, sportlichen Einsatz und vor allem um Freude am Spiel. Wir werden die Technik im Umgang mit dem Ball und auch die körperliche Fitness trainieren.

Tanzen 5-10**MITTWOCH**

Du hast Lust auf Tanzen und Spaß daran mit anderen SchülerInnen zusammenzuarbeiten? Dann bist du in dieser Tanz-AG genau richtig. Hier sind vor allem Anfänger eingeladen Grundlagen des Tanzens ausprobieren. Dazu gehören rhythmische und tänzerische Bewegungen, die am Ende mit deiner eigenen Kreativität in einer selbst gestalteten Choreographie eingeübt werden sollen.

Ski und Snowboard 7-9**MONTAG**

Die AG findet zweistündig pro Woche (1 UZE) im 1. Halbjahr jeden Schuljahres statt. Die Teilnehmerzahl ist auf 40 begrenzt.

20 Schüler werden von einem Sportlehrer im Bereich Skigymnastik/Fitness unterrichtet,

20 Schüler nehmen am Unterricht „Ökosystem Alpen“ (Inhalte: Pflanzen und Tiere der Alpen, Höhenzonierung, Evolution der Alpen, Bergbauern, Gefahren im Gebirge, FIS-Regeln, ...) teil.

Nach den Herbstferien erfolgt der Wechsel der Gruppen.

Im Januar/Februar wird der Kompaktkurs in den Alpen durchgeführt.

Die Kosten dafür betragen 460,00 €.

Finanzierung von finanziell schwächer gestellten Schülern kann über BuT problemlos erfolgen.

Outdoor 9-10**MONTAG**

Als Alternative oder Ergänzung zur Wintersport-AG wird nun auch im zweiten Schulhalbjahr eine Outdoor-AG angeboten. Teamfähigkeit, Sozialkompetenzen, Eigenverantwortung und das Verantwortungsbewusstsein für die Gruppe und Natur sind weitere wesentliche Bestandteile dieser AG. Hauptsächlich wird durch Läufe und Radfahren in der Eilenriede auf die konditionellen Herausforderungen vorbereitet. Durch eine Kooperation mit dem Kenpokan können Trainingsmittel wie das Ruderergometer, die Sling Rope, Battle Ropes, Kletterwand etc. genutzt werden.

In der Abschlusswoche werden die Teilnehmer in Haiming am Inn/Österreich die eigentlichen Outdooraktivitäten erleben. Geplant sind MTB, Canyoning, Raften oder Kanu in der Imster Schlucht, Klettersteig, Bergwanderung. Für all diese Aktivitäten braucht man eine gute Kondition, Schwimmnachweise (mindestens Silber/Gold) und keine Angst vor der Höhe.

Technik/ Musik/ Kunst und Kreatives

Die Energie 5-10

MONTAG

Was ist Energie? Wo kommt sie her? Wie nutzen wir Energie? Welche Konsequenzen hat unser Handeln? Warum ist Energiesparen so wichtig und wie können wir es zu Hause und vor allem in der Schule umsetzen. Neben der Energiewächterausbildung in allen Klassen soll auch ausprobiert werden, ob wir in der IGS List nachhaltig Obst und Gemüse anbauen können. Wir werden auf noch viel mehr Fragen, die sich uns stellen, Antworten finden. In kleinen und größeren Experimenten sowie Exkursionen erfahren wir mehr über unseren Energiehunger. Darüber hinaus präsentieren wir auf unterschiedliche Art und Weise unsere Erkenntnisse, ggf. auch über die Schulöffentlichkeit hinaus.

Tontechnik und Musikproduktion 6-10

MITTWOCH

Die Tontechnik-AG sorgt bei Schulveranstaltungen und insbesondere Konzerten für den richtigen Sound. Hier lernt ihr, wie man Mikrofone, Mischpulte, Kabel und andere Bestandteile von Tonanlagen so bedient, dass Veranstaltungen reibungslos laufen und gut klingen. Wir werden uns dabei auch noch weitere Bereiche ansehen, in denen Tontechnik wichtig ist (z.B. Tonstudios, Radiosender usw.) und dabei den Profis über die Schulter schauen. Wenn Ihr Musik mögt und/oder euch für Technik interessiert, seid Ihr hier genau richtig.

Schulblog 5-10

MONTAG

Du schreibst gern? Dann bist du hier richtig! In dieser AG wollen wir gemeinsam einen Blog über das Leben an der IGS List gestalten. Als digitale Schülerzeitung begleiten wir das Schulleben in Form von Berichten, Interviews und kleinen Reportagen. Vielleicht hast Du ja auch eine eigene Idee für eine regelmäßige Rubrik!? Zu unseren Tätigkeiten gehört das Planen, das Schreiben und schließlich das gemeinsame Überarbeiten von Texten. Interessierte sollten Spaß am Schreiben und am Umgang mit Sprache haben. Da der Schulblog neu ins Leben gerufen wird, kannst du bei der Konzeption und Gestaltung von Anfang an dabei sein!

Schach 5-10

MITTWOCH

Möchtest du dich immer auf neue Situationen einstellen, liebst du Herausforderungen, möchtest du Pläne entwickeln und mit deinen Truppen in die Schlacht ziehen?

Dann bist du in der Schach-AG genau richtig. Beim Schach gleicht keine Partie einer anderen, obwohl die Aufstellung immer gleich ist und auch kein Würfelglück das Spiel bestimmt. In der AG wird es viel um das Spielen selbst gehen. Ohne Theorie geht es aber nicht ganz, so dass wir uns auch über auch Eröffnungstheorien und spezielle Endspiele unterhalten werden. Die AG richtet sich auch an die Schülerinnen und Schüler, die das Spiel erst noch kennenlernen wollen.

Wildlife 7-10**MITTWOCH**

In dieser AG wollen wir – mithilfe von online Live-Kameras - Wildtiere, ihr Verhalten und Wege, ihre Art zu schützen, erforschen. Ihr sucht euch ein Tier oder eine Tiergruppe aus, beobachtet diese, erforscht Verhaltensweisen, informiert euch über Bedrohungen des Lebensraums und versucht euch aktiv für den Erhalt der Art einzusetzen. (Beispiele: Fischadler, Pinguine, Papageitaucher, Wale, Robben, Löwen, etc.)

Verantwortung übernehmen 6-7**MITTWOCH**

Dafür brauchen wir DICH! Du bist nun schon seit einiger Zeit an unserer Schule. Bestimmt hast du schon viele SchülerInnen kennengelernt, die für dich oder andere, für Tiere oder für Projekte Verantwortung übernommen haben. Das finden wir toll, du bestimmst auch. Jetzt hast du die Möglichkeit, im Stadtteil oder auch in deiner Nachbarschaft für andere Verantwortung zu übernehmen.

Anfangs treffen wir uns, um zu überlegen, in welchem Bereich du gern Verantwortung übernehmen möchtest. Du kannst z.B. Grundschulern helfen oder für ältere Menschen einkaufen, ihnen vorlesen.

Gemeinsam werden wir Kontakte knüpfen und uns auf den Weg machen, dein Vorhaben außerhalb des Schulgebäudes zu verwirklichen. Später treffen wir uns hin und wieder in der Schule zum Erfahrungsaustausch, ansonsten kannst du deine „Zeit der Verantwortung“ außerhalb der Schule verbringen und wirst merken, dass du tolle Erfahrungen machst, wenn du Verantwortung übernimmst.

Lernen 7-10**MONTAG und MITTWOCH**

Du brauchst Unterstützung bei den Testvorbereitungen, Präsentationen oder möchtest aktuelle Lerninhalte nochmal nacharbeiten? In der Lern AG kannst du entspannt in einer kleinen Gruppe Wissenslücken schließen. Wir unterstützen dich und fördern dein selbständiges Lernen. Wir freuen uns auf dich.

Klimaforscher-Kids 5-6**MONTAG**

Der Klimawandel ist heute in aller Munde. Aber wie ändert sich das Klima? Warum? Wie beeinflussen wir das Klima? Diese und weitere Fragen werden wir mit vielen kleinen und großen (Schüler-)Experimenten erforschen. Beispielsweise untersuchen wir unsere eigene Atemluft, die Funktionsweise eines Wasserkraftwerks oder wir bauen Solarautos. Wir werden gemeinsam Ausflüge zu Schüler-Laboren, Wasserwerken oder Müll-Deponien unternehmen. Welche Themen wir behandeln und welche Ausflüge wir machen bestimmt ihr mit, all eure Ideen können in dieser AG umgesetzt werden.

Die AG findet in der Zeit von 14-15:30 Uhr in der Leibnizschule statt.

Matheknocheleien 5-6**MITTWOCH**

Mathematische Denkspiele, Rätsel und Knocheleien, wie man sie zum Beispiel in mathematischen Wettbewerben findet, haben im Schulalltag oft wenig Platz. Hast du Lust an Mathematik und möchtest dich mit diesen Dingen beschäftigen, dann bist du hier richtig. Durch logisches Denken, Ausprobieren, Falten oder Basteln soll der Blick auf die etwas "andere Mathematik" gelenkt werden. Verschiedene Aufgaben werden alleine oder in Teamarbeit bearbeitet werden.

Die AG findet in der Zeit 14.00 bis 15.30 Uhr in der Leibnizschule statt.

Robotik AG 5-6**MONTAG**

Roboter prägen unseren Alltag immer mehr! Bei der Produktion von Autos werden heutzutage fast nur noch Roboter eingesetzt, die die Autoteile zusammenbauen. Oder habt ihr schon einmal einen Roboter am Empfangstresen eines Hotels gesehen, der uns fast alle Fragen beantwortet und uns den Weg zeigen kann? Gibt es wirklich - in Japan.

Wobei könnte dir oder deinen Freunden ein Roboter helfen? Komm in die Robotik AG, um eigene kreative Ideen umzusetzen und Roboter zu bauen!

Da wir möglichst alles selber entwickeln wollen, lernst du das Programmieren am Computer und alle weiteren technischen Grundkenntnisse in dieser AG kennen.

Ich freue mich auf euch und eure Ideen und Vorschläge!

Backen 5-10**MITTWOCH**

„Sweet and easy“! Ich möchte im Laufe des Schuljahres verschiedene Leckereien mit euch backen. Von A wie Apfelkuchen über C wie Cookies und Cake Pops bis hin zu N wie New York Cheesecake. Eure Lieblingsrezepte sollen im Verlauf des Jahres gesammelt und abschließend in ein gemeinsames Backheft verwandelt werden. Ich freue mich auf euch!

Kochen 5-10**MONTAG**

Einmal in der Woche kochen wir zusammen. Es gibt meistens ein Hauptgericht und/oder eine Nachspeise dazu. Ihr lernt, wie man frische gesunde Zutaten erkennt und sie schonend zubereitet. Alle Gerichte sind leicht zu erlernen. Ihr bekommt das Rezept mit nach Hause, damit ihr auch eure Eltern – wenn ihr wollt – mal mit so einem Gericht überraschen könnt.

Chor 5-10**MITTWOCH**

Keine Lust mehr nur unter der Dusche zu singen?

Wir auch nicht! Deswegen gibt es eine neue Chor-AG mit abwechslungsreichen Songs aus Rock, Pop und anderen Musikstilen. Mitmachen können alle, die Stimmbänder besitzen. Kommt vorbei und schnuppert Chorluft. Ich freue mich auf euch!

Schulband 5-10**MONTAG**

Spielst Du schon ein bisschen Klavier, Gitarre, Bass oder Schlagzeug und möchtest endlich mal mit anderen zusammen in einer Band coole Songs nachspielen, die Du aus dem Radio oder Fernsehen kennst? Oder singst Du schon immer gern und traust dich vor einer Band zu stehen und Deine Lieblingslieder zum Besten zu geben? Dann komm in die Schulband und lass Dir zeigen, worauf es dabei ankommt. Erarbeite Dir zusammen mit den anderen Musikern Song für Song und genieße irgendwann Deinen ersten großen Auftritt beim Schulkonzert.

Voraussetzung für die Teilnahme an dieser AG ist der Spaß an der Musik, Zuverlässigkeit und die Bereitschaft, auch mal an einer Probe und Konzert außerhalb der Schulzeit teilzunehmen.

Theater 5-10**MONTAG**

In dieser AG wollen wir – meist spielerisch – einige Grundlagen des Theaterspiels und verschiedene Theatertechniken ausprobieren. Dazu gehören neben Raum- und Körperwahrnehmung auch kleine Rollenspiele, Stimmübungen und einiges mehr. Interessierte sollten Lust am Theaterspielen haben, Zusammenarbeit wichtig finden und bereit sein, Neues auszuprobieren. Ziel ist es gemeinsam ein Stück zu entwickeln und aufzuführen.

Schulgarten 5-10**MITTWOCH**

Unser Geobotanischer Schulgarten ist einfach toll. Damit das weiterhin so bleibt, wollen wir in der Schulgarten-AG die angelegten Biotope - vom Harz bis hin zur Heide - pflegen, neue Pflanzen setzen und Lebensräume für Tiere schaffen. Im Herbst sollten wir Früchte ernten und auch zu leckeren Säften und Gelees verarbeiten. Für das Winterhalbjahr haben wir ein Futterhaus gebaut, um heimische Vögel zu beobachten und ihnen über den Winter zu helfen. Unser Teich hat einen Wasserfall bekommen, um genügend Sauerstoff einzutragen. Wir wollen beraten, welche heimischen Fischarten, Teichmuscheln und Edelkrebse wir dort einsetzen können, um ein stabiles Ökosystem herzustellen. Dies sind nur einige meiner Ideen, ich bin auf eure gespannt und freue mich auf eure Mitarbeit.

Reptilien 5-10**MONTAG**

Inzwischen gibt es in der Schule folgende Reptilien: Bartagame, Wasseragame und Kornnattern. Außerdem halten wir Gespenstschrecken und Flusskrebse. Diese Tiere müssen dreimal in der Woche versorgt werden (auch in den Ferien!!!!). In der AG am Montag geht es darum, etwas über die Tiere zu erfahren, den Umgang mit ihnen zu erlernen, Terrarien zu säubern und artgerecht einzurichten. Das heißt Schülerinnen und Schüler, die an dieser AG teilnehmen wollen, müssen sehr zuverlässig sein. Die Tierbetreuung findet 3x wöchentlich **in den Pausen** statt.

Meerschweinchen und Kaninchen 5-10 MONTAG

In dieser AG werden wir uns mit der artgerechten Haltung unserer Kaninchen und Meerschweinchen beschäftigen. Dazu ist ein hohes Maß an Verantwortungsbewusstsein notwendig. Es kostet viel Zeit, die Tiere fachgerecht zu pflegen. Vom Füttern in den Pausen über das Säubern der Terrarien und Käfige bis hin zur Ferienbetreuung muss an alles gedacht werden.

Diese Tierbetreuung findet montags in der AG-Zeit und dazu 3x wöchentlich in den Pausen sowie in den Ferien statt.

1. Teil: Pflege und Aufzucht

In der AG werdet ihr unsere Kanninchen und Meerschweinchen versorgen und pflegen. Dabei sollt ihr einiges über die Tiere erfahren. Zum Beispiel wie ihr natürlicher Lebensraum aussieht und wo die Tiere wild vorkommen. Dann könnt ihr die Käfige entsprechend einrichten und sie artgerecht halten.

Ihr müsst euch darauf einstellen, dass ihr die Tiere 3 x pro Woche in den Pausen versorgen müsst. (Natürlich ist nicht jeder immer dran). Größere Arbeiten wie Ausmisten werden wir gemeinsam am Montag in der AG-Zeit schaffen.

2. Teil: Verhaltenskunde

Können Tiere sprechen? Na klar, können sie! Aber wie können wir sie verstehen? Die Körpersprache, das Verhalten und die Laute von Tieren verstehen zu lernen, das ist ein weiteres Ziel dieser AG. Ihr werdet Methoden kennenlernen, mit denen wir das Verhalten der Tiere aufzeichnen können. Ihr werdet die Tiere unseres Schulzoos beobachten lernen und viel über ihr Sozialgefüge und ihre Kommunikation, ihre Form von Sprache lernen. Es werden für euch keine Kosten entstehen.

Degus und Rennmäuse 5-10 FREITAG

In dieser AG werden wir uns mit der artgerechten Haltung unserer Degus und Rennmäuse beschäftigen. Dazu ist ein hohes Maß an Verantwortungsbewusstsein notwendig. Es kostet viel Zeit, die Tiere fachgerecht zu pflegen. Vom Füttern in den Pausen über das Säubern der Terrarien und Käfige bis hin zur Ferienbetreuung muss an alles gedacht werden.

Diese Tierbetreuung findet freitags in der AG-Zeit und dazu 3x wöchentlich in den Pausen sowie in den Ferien statt.

1. Teil: Pflege und Aufzucht

In der AG werdet ihr unsere Degus und Rennmäuse versorgen und pflegen. Dabei sollt ihr einiges über die Tiere erfahren. Zum Beispiel wie ihr natürlicher Lebensraum aussieht und wo die Tiere wild vorkommen. Dann könnt ihr die Käfige entsprechend einrichten und sie artgerecht halten.

Ihr müsst euch darauf einstellen, dass ihr die Tiere 3 x pro Woche in den Pausen versorgen müsst. (Natürlich ist nicht jeder immer dran). Größere Arbeiten wie Ausmisten werden wir gemeinsam am Freitag in der AG-Zeit schaffen.

2. Teil: Verhaltenskunde

Können Tiere sprechen? Na klar, können sie! Aber wie können wir sie verstehen? Die Körpersprache, das Verhalten und die Laute von Tieren verstehen zu lernen, das ist ein weiteres Ziel dieser AG. Ihr werdet Methoden kennen lernen, mit denen wir das Verhalten der Tiere aufzeichnen können. Ihr werdet die Tiere unseres Schulzoos beobachten lernen und viel über ihr Sozialgefüge und ihre Kommunikation, ihre Form von Sprache lernen. Es werden für euch keine Kosten entstehen.

Imkerei IGS List 5-10**FREITAG**

Diese AG wird in Kooperation mit der Schülerfirma „Imkerei der IGS List“ und der Naturkundlichen Vereinigung Langenhagen e.V. durchgeführt. Dazu werdet ihr von erfahrenen Imkern im Umgang mit den Bienen geschult. Vom Herstellen einer eigenen Beute – so nennen Imker das Bienenhaus – über das Bilden von Jungvölkern bis hin zum Honigschleudern und Kerzen gießen wird das Programm gehen. Wir werden uns freitags ab 15.30 Uhr im alten Wasserturm im Stadtpark Langenhagens treffen und dort gemeinsam an den Bienenvölkern alle notwendigen Arbeiten eines Imkers verrichten.

Die Imkerei-AG ist als Probejahr besonders für die Schüler/innen von Interesse, die später in die Schülerfirma „Imkerei der IGS List“ eintreten möchten. In dieser AG werden nicht nur grundlegende Kenntnisse über das Imkerhandwerk vermittelt, sondern auch eine Übersicht über die einen erwartenden Aufgaben und Arbeiten der Schülerfirma „Imkerei der IGS List“ gewährt. Diese sind recht ähnlich, allerdings durch die eigenständige Verwaltung durch Schüler evtl. anders strukturiert. Es dürfen nur Schülerinnen und Schüler an der AG teilnehmen, die nicht allergisch auf Bienengift reagieren. Es gibt bei richtiger Verwendung der Schutzanzüge allerdings keinerlei Gefahr eines Stichs, trotzdem müssen wir darauf hinweisen.

Dies sind nur einige meiner Ideen, ich bin auf eure gespannt und freue mich auf eure Mitarbeit.

Malawi 9**FREITAG****Malawi**

Wir werden in dieser AG unsere Schulpartnerschaft mit der Jacaranda school in Malawi mit Leben erfüllen und den Besuch unserer Gäste aus Malawi vorbereiten, sie bei uns willkommen heißen und ihnen unsere Schule, unsere Stadt und ihre Sehenswürdigkeiten zeigen. Auch einen evtl. Gegenbesuch in Malawi werden wir vorbereiten.

**Schulsanitätsdienst an der IGS List MONTAG
5-10****Dafür brauchen wir DICH!**

Wir wollen bei uns an der Schule einen Schulsanitätsdienst einrichten. Dafür erhaltet ihr eine gründliche Ausbildung in Erster Hilfe. Dazu gehört z.B.: Wie lege ich einen Verband richtig an? Wann brauche ich einen Rettungswagen und wann reicht ein Kühlakku? Wie misst man eigentlich den Blutdruck?

Anfangs treffen wir uns wöchentlich und wenn ihr dann richtig „fit“ seid und zu kleineren oder größeren Notfällen gerufen werdet, treffen wir uns zur Fortbildung und zum Erfahrungsaustausch alle zwei Wochen.

Wenn ihr noch Fragen habt, könnt ihr mich jederzeit in der Mensa ansprechen.

Wiebke Jeske (Rettungsassistentin)

„on top!“

Das Angebot "HERAUSFORDERUNG" ist nur für den 8. Jahrgang. Es wird in einer Extraveranstaltung vorgestellt. Die Schülerinnen und Schüler können sich für diese AG nicht anmelden wie üblich, sondern müssen sich bewerben.

Herausforderung 8**MONTAG**

In der AG Herausforderung kannst du dir, gemeinsam mit einer Gruppe von 4 bis 6 Schülerinnen und Schülern eine Herausforderung suchen, die du bestehen willst. Ihr werdet ca. 10 Tage innerhalb Deutschlands unterwegs sein. Ihr plant eure Herausforderung (Ziel, Route, Übernachtung...) selbstständig und setzt sie um. Begleitet werdet ihr nur durch eine erwachsene Betreuungsperson. Ihr werdet eure Grenzen erfahren, Verantwortung übernehmen und persönliche Leistungen erbringen, auf die ihr stolz sein könnt.

„on top!“

Dieses Angebot darf nur von Schülerinnen und Schülern angewählt werden, die bereits eine Pflicht-AG (Profil oder aus dem Wahlpflicht-Angebot) haben und somit verbindlich an zwei AGs teilnehmen wollen.

Parkour 5-10**FREITAG (15:00-16:00 Uhr)**

Parkour ist eine Sportart, bei der der Teilnehmer – der Traceur (französisch: „der den Weg ebnet“ oder „der eine Spur legt“) – unter Überwindung sämtlicher Hindernisse den kürzesten oder effizientesten Weg von A zum selbstgewählten Ziel B nimmt. Der Begriff „Parkour“ bezeichnet die Sportart und ist eine Abwandlung des ursprünglichen französischen Wortes parcours, was Kurs oder Strecke bedeutet.

Wir trainieren in der TKH-Halle-List. Als Hindernisse dienen uns verschiedene Sportgeräte.