<u>Projektwoche</u> „Füreinander, miteinander und voneinander“

Montag, 03.04. bis Freitag, 07.04.2017, 1. – 6. Stunde

Kurzbeschreibung des Angebotes:

Nr.	Lehrer	Thema	Raum		Ausflüge	Kosten		Sonstiges
6	Wawer Schumacher	Triathlon – Ausdauersport draußen	KL 6e		Waldgelände Radwege Schwimmbad	Ca. 15,-		Wetterfeste Sportkleidung Rad, Helm

<u>Was wollen wir machen?</u>

Schüler wagen sich an ihre Ausdauer-Leistungsgrenzen im Freien!

- Triathlon – wer, wo, was, wieso, weshalb, warum?
- Ausdauernd schwimmen, Rad fahren und laufen
- Trainingsgrundlagen und Voraussetzungen
- Ich packe meinen Koffer und nehme mit… - Wettkämpfe

Nichts für Weicheier!

Alter	Schwimmen	Rad	Lauf
ab 10	bis 200 m (8 Bahnen)	bis 5 km	bis 1 km
ab 12	bis 400 m (16 Bahnen)	bis 10 km	bis 2,5 km