

Sport für Angestellte KSBG SJ 25/26

Trainingslektionen speziell für Lehrpersonen und Angestellte der KSBG

Fussball

Montag, 18.00 – ca. 19.00 Uhr: Halle S40, bei schönem Wetter draussen auf dem Rasen. Verantwortlicher: Simon Kaufmann

10:30 Move – Aktiv vor der Mittagspause

Montag, 10.30 – 11.10 Uhr: alter Ausdauer Raum (S50). Verantwortlicher: Damian Zellweger

Spinning

Dienstag, 12.20 – 13.05 Uhr, Gymnastikraum S31. Verantwortlicher: Florian Vetsch
Donnerstag, 12.20 – 13.05 Uhr, Gymnastikraum S31. Verantwortlicher: Marco Waldvogel

Unihockey

Freitag, 18.00 – ca. 19.30 Uhr: Halle S40, Verantwortliche: Judith Scharfenberger

Volleyball

Mittwoch, 18.00 – ca. 19.30 Uhr: Halle S10, Verantwortlicher: Martin Heydenreich
Neue SpielerInnen werden immer aufgenommen!

Line Dance

1x im Monat am Montag, 18.30 – 19.30 Uhr: Halle S20, Verantwortliche: Mirna Wigert. Folgende Daten sind vorgesehen: 23.2., 23.3., 20.4., 18.5., 22.6.2026!

Trainingslektionen innerhalb des WPU (Wahlpflichtunterricht mit SuS)

Innere Power

Montag, 13.05 – 13.40 Uhr, Halle S20, Verantwortliche: Andrea Beglinger
Donnerstag, 13.05 – 13.40 Uhr, Halle S20, Verantwortliche: Andrea Beglinger

Pilates

Montag, 12.20 – 12.55 Uhr, Halle S20, Verantwortliche: Andrea Beglinger
Donnerstag, 12.20 – 12.55 Uhr, Halle S20, Verantwortliche: Andrea Beglinger

Selbstständiges Training im Kraft- und Ausdauer Raum

Einführungen und Informationen über Marco Waldvogel

Die Verantwortlichen des Lehrersports und die Fachgruppe Sport freuen sich in allen Bereichen über Verstärkung durch weitere aktive Lehrpersonen und Angestellte. Der Einstieg ist jederzeit möglich.