

Sporttag 2022 – Angebotsbeschreibungen

- Nachmittag –

Nr	Station	Beschreibung
1	Wassersport	Die vielfältigen Möglichkeiten in unserem Wassersportzentrum sind euch bereits bekannt. In diesem Workshop nutzt ihr die von uns vorhandenen Kanus, um die Wasserstraßen zu erkunden und die schöne Aussicht auf dem Wasser zu genießen. (Mit deiner Anwahl bestätigst du automatisch deine vorhandene Schwimmfähigkeit und die Erlaubnis deiner Eltern, an diesem Kurs teilzunehmen)
2	Yoga	Habt ihr Lust auf Ruhe und Meditation auf einem grünen Fleckchen am Wasser? Dann seid ihr hier genau richtig.
3	Volleyball / Fitness	Ein Student der Universität Potsdam zeigt euch Volleyballtechniken in Kombination mit Fittesselementen.
4	Salsa-Ruedo-Tanzkurs	Rueda de casino ist ein lateinamerikanischer Gruppentanz, der zu Salsa-Musik getanzt wird. Übersetzt bedeutet Rueda Rad und Casino ist die kubanische Bezeichnung für den Tanz Salsa, also 'Salsa Rad'.
5	Mountainbike-tour	Rauf aufs Rad und ab ins Gelände.
6	Tango-Tanzkurs	Der Tango ist Ausdruck von Leidenschaft, Melancholie und Schmerz. Lasst euch inspirieren von dem Zauber dieses Tanzes.
7	Discgolf	Eine neue Trendsportart, bei der Frisbees in weitentfernte Ziele geworfen werden.
8	Tischtennis	Einzel, Doppel oder Chinesisch? Alles ist möglich!
9	Basketball / Streetball	Streetball stammt aus US-amerikanischen Großstädten und ist eine Form des Basketballspiels.
10	Speedminton	Speedminton oder auch Crossminton ist eine Rückschlagsportart, die Elemente der etablierten Sportarten Badminton, Squash und Tennis zu einer neuen Sportart verbindet.
11	Intuitives Bogenschießen	Um beim Bogenschießen das Ziel genau treffen zu können, müssen Hand und Auge in Übereinstimmung gebracht werden. Stelle dich dieser schwierigen Aufgabe und wähle „Intuitives Bogenschießen“.
12	Hermann tanzt – Videoclip-Dancing	Erlebe Power, Dynamik und viel Spaß. Genieße Feeling, Musik und tänzerisches Miteinander.
13	SUP-Yoga	Entspannung und Meditation allein reicht dir nicht aus? Dann versuche es doch mal auf einem SUP auf dem Wasser. (Mit deiner Anwahl bestätigst du automatisch deine vorhandene Schwimmfähigkeit und die Erlaubnis deiner Eltern, an diesem Kurs teilzunehmen)
14	Kutter fahren	Unser neuer Kutter erstrahlt in neuem Glanze und steht für dich bereit, um eine Runde um die Insel zu drehen. (Mit deiner Anwahl bestätigst du automatisch deine vorhandene Schwimmfähigkeit und die Erlaubnis deiner Eltern, an diesem Kurs teilzunehmen)
15	Hockey	Die Jungs vom PSU-Verein bringen euch die Sportart Hockey näher und zeigen euch mit Sicherheit einige coole Tricks.
16	2-Felder-Turnier	Erinnert ihr euch noch an die 2-Felder-Ball-Sessions, vor allem in den unteren Klassenstufen zurück? Dann wird es höchste Zeit wieder einige Runden zu spielen!
17	Fahrradpicknick	Schwingt euch gemeinsam aufs Rad und dreht eine kleine Runde durch Potsdam. Zwischendurch wird sich bei einem kleinen Picknick gestärkt.
18	Ninjabarkour / Fitness	Stampcross bringt einen mobilen Fitnessparkour mit. Hier sind vor allem Mut, Überwindung und Vertrauen gefragt.