

Spannende Sportwoche

Im Kurs «Trendsportarten» wurden viele unbekannte Dinge ausprobiert

Gergö Manyak, Cedric Ebert und Simon Cabello

In dieser Woche fand ein Kurs namens «Trendsportarten» statt, betreut von Heiner Martini, Gabriel Herzog und Sandra Schlatter. In diesem Kurs ging es um moderne Sportarten. Am Montagnachmittag hatten die Schüler mit den ersten sportlichen Tätigkeiten angefangen. Sie haben «Street Racket» gespielt. Das ist etwas Ähnliches wie Tischtennis. Der Unterschied ist das Spielfeld: Es wird auf dem Boden gespielt, aber auch mit Schläger und Ball.

Dienstag war etwas spezieller, da die Teilnehmer mit HIIT-Übungen in den Tag gestartet sind. HIIT steht für High Intensity Intervall Training. Das bedeutet, dass ein Workout mit schweren Übungen und nur kurzen Pausen konsequent durchgezogen wird. Es ist sehr effizient für den Kraftaufbau. Nach der Pause haben sie Plakate erstellt, welche am Freitagnachmittag ausgestellt werden.



Viel Spass als «Ninja Warrior»

Bereits am Mittwoch haben die Sportler einen Wettkampf gemacht in der Disziplin «Ninja Warrior». Nachdem die Strecke aufgebaut worden war, haben die ersten

Läufe begonnen. Die Schüler wie auch die Lehrpersonen hatten dabei viel Spass.

Am Donnerstag ging es weiter mit «Spikeball» und «Tchoukball». Spikeball hat viele Ähnlichkeiten mit Volleyball. Es spielen zwei Teams gegeneinander. Man darf den Ball höchstens drei Mal hin und her passen und dann muss man den Ball auf ein rundes Netz in der Mitte des Spielfeldes werfen. Man punktet, indem der Ball vom Netz in die Luft spickt und auf den Boden prallt.

Tchoukball ist ziemlich ähnlich wie Handball. Auf beiden Seiten der Turnhalle wird ein Trampolin aufgestellt. Man punktet, indem jemand aus dem Team den Ball auf das gegnerische Trampolin wirft und jemand anderes den Ball fängt. Es ist auch erlaubt mit dem Ball zu laufen.

Viele Schüler freuten sich über die wetterbedingte Absage der geplanten Fackelwanderung am Donnerstagabend.

Wenn Bilder sprechen könnten

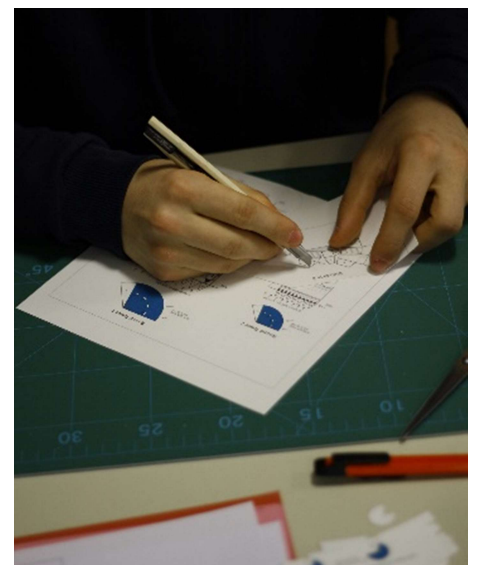
Zu Besuch in einer «Fabrik in China»

Gergö Manyak, Cedric Ebert und Simon Cabello

Im Kurs von Herr Steger ging es darum zu verstehen was Bilder einem sagen wollen. Die Schüler haben die ganze Woche gebastelt sowie Hintergründe und Perspektiven von Bildern studiert. «Wir schauen viele Filme in diesem Kurs und achten auf Details», sagte ein Schüler des Kurses.



Während die Schüler am Basteln waren, hat Herr Steger uns eine geometrische Form namens Tetrahexaflexagon gezeigt, welche die Schüler am Vormittag gebastelt haben. Das ist ein Sechseck (Hexa = sechs auf Griechisch), bei dem jede Ecke mit einem anderen Muster bemalt wird und wenn man es aufklappt und faltet, verschieben sich die Ecken und es entstehen so neue Muster. Herr Steger hat uns freundlich empfangen und uns gezeigt, woran die Schüler gearbeitet haben. Dabei haben sie einen Vortrag über geometrische Formen vorbereitet, welchen sie auch am Ende der Woche vorgestellt haben werden. Mehrere Schüler haben sich positiv zu diesem Kurs geäußert, wie zum Beispiel: «Dieser Kurs ist spannend und interessant. Er gefällt mir sehr». Oder aber:



«Ich fühle mich wie in einer Fabrik in China.»