

Schülerinformation 1. OS

Sporttag 2022 Montag 30. Mai 2022

Durchführung Am Freitag wird es entschieden

Verschiebungsdaten Di 7. Juni/ Mo 13. Juni

Kleidung Turnbekleidung (Turnschuhe, Trainer und / oder Turnhose, T-Shirt, Sonnencreme)

Zwischenverpflegung Am Vormittag bekommen alle Schülerinnen und Schüler ein Buttersilberbrötchen., die sie klassenweise ab 9:00 Uhr abholen können. Am Nachmittag werden Äpfel verteilt.

Getränke bringt jeder selbst mit.

Besammlung **Vormittag:** 7.45 Uhr: R1a, S1a, KK7 roter Platz, S1b geht in die Steig und wärmt sich dort auf, S1c geht zum Waldlauf und wärmt sich dort auf

8.15 Uhr: R1b, S1d roter Platz

7:20 Uhr Schüler und Schülerinnen mit Turndispens roter Platz

Warm up :Der Chef der Gruppe bekommt mit dem Plan noch einen Auftrag für das Warm up (Ihr werdet im Turnen auch instruiert). Der Gruppenchef führt mit seiner Klasse das warm up durch. Frau Etter und Frau Bellini halten Aufsicht. S1b läuft direkt in die Steig und macht das warm up dort, S1c läuft in den Wald und wärmt sich dort ein. Alle anderen Klassen wärmen sich klassenweise auf dem roten Platz auf.

Nachmittag 13.00, Treffpunkt jeweils am abgemachten Ort mit dem KL

Wettkämpfe Am Vormittag und am Nachmittag haben die Klassenchefs die Pflicht die Klasse oder das Team rechtzeitig an den Posten zu führen.

Diejenige Gruppe, die als letzte Gruppe die Disziplin beendet, hilft beim Versorgen der Sportgeräte.

Tenue Nachmittag Falls möglich bitte folgende T-Shirt-Farbe anziehen:

R1a/KK7: schwarz / R1b: weiss / S1a: rot / S1b: blau / S1c: grau /s1d:grün/ S1d: gelb

Abfall Den Abfall entsorgt jeder persönlich in den aufgestellten Abfallkübeln.

Schülerinformation 2. OS

Sporttag 2022 Montag, 30. Mai 2022

Durchführung Am Freitag wird es entschieden

Verschiebungsdaten Di 7. Juni/ Mo 13. Juni

Kleidung Turnbekleidung (Turnschuhe, Trainer und / oder Turnhose, T-Shirt, Sonnencreme)

Zwischenverpflegung Am Vormittag bekommen alle Schülerinnen und Schüler ein Buttersilberbrötchen die sie klassenweise ab 9:00 Uhr auf dem roten Platz abholen können. Am Nachmittag werden Äpfel verteilt.
Getränke bringt jeder selbst mit

Besammlung **Vormittag** 7.45 Uhr: R2a/KK8, S2a, S2b Turnhalle, S2c geht direkt in den Wald und läuft dort ein

8.15 Uhr: R2b, S2d. Roter Platz

7:20 Uhr Schüler und Schülerinnen mit Turndispens roter Platz

Nachmittag 12.55 Uhr, Treffpunkt jeweils am abgemachten Ort mit dem KL

Warm up: Der Chef der Gruppe bekommt mit dem Plan noch einen Auftrag für das Warm up (Ihr werdet im Turnen auch instruiert). Der Gruppenchef führt mit seiner Klasse das warm up durch. Frau Etter und Frau Bellini halten Aufsicht. S2c läuft in den Wald und wärmt sich dort ein. Alle anderen Klassen wärmen sich klassenweise in der Turnhalle auf. (R2b & S2d führen ihr Warm up, da sie später dran sind, auf dem roten Platz durch).

Wettkämpfe Am Vormittag und am Nachmittag haben die Klassenchefs die Pflicht die Klasse oder das Team rechtzeitig an den Posten zu führen.

Diejenige Gruppe, die als letzte Gruppe die Disziplin beendet, hilft beim Versorgen der Sportgeräte.

Tenue Nachmittag Falls möglich bitte folgende T-Shirt-Farbe anziehen:

R2a/KK8: schwarz / R2b/KK8: weiss / S2a: rot / S2b: blau / S2c: grau

Abfall Den Abfall entsorgt jeder persönlich in den aufgestellten Abfallkübeln.

Schülerinfos 3.OS

Durchführung	Montag 30. Mai 2022 Am Freitag wird es entschieden
Verschiebungsdaten	Di 7. Juni/ Mo 13. Juni
Kleidung	Turnbekleidung, Badehose (Turnschuhe, Trainer und / oder Turnhose, T-Shirt, Sonnencreme)
Zwischenverpflegung	Am Vormittag bekommen alle Schülerinnen und Schüler in der Badi ein Buttersilberbrötchen. Am Nachmittag werden Äpfel verteilt. Getränke bringt jeder selbst.
Besammlung	7:10 Uhr Schüler und Schülerinnen mit Turndispens roter Platz

Am Vormittag wird Triathlon stattfinden.

Informationen für den Triathlon.

Die Schüler erhalten ihre Startnummern vorgängig von der KLP. Die SUS müssen die Nummer zwingend selbst am Sporttag mitbringen & diese am Lauf-T-Shirt am Rücken angemacht haben.

Komm etwa 15-20 Minuten vor deinem Start.

Du parkst dein Velo bei den Parkplätzen hinter der Badi. Dort kannst du deine Trinkflasche deponieren. Danach kannst du dich in die Garderobe des FC. Wittenbach umziehen gehen.

Der Start ist im Schwimmbad neben dem Becken. Du benutzt den hinteren Eingang der Badi.

Etwa 5-10 Minuten vor deinem Start meldest du dich beim Start(Du benutz den hinteren Eingang). Das ist in der Badi bei dem Tischtennistisch. Du nimmst die Sportkleider und die Turnschuhe mit. Sobald du mit dem Schwimmen fertig bist, kannst du in der Badi deine Sportsachen anziehen und zu deinem Velo rennen.

Du benutzt den hinteren Eingang von der Badi.

Du absolvierst:

1. 300 Meter Schwimmen. Wenn du fertig mit dem Schwimmen bist , rennst du zu deinem Velo
2. Velorunde etwa 6 Kilometer. **Velohelm zu tragen ist obligatorisch.** Zurück zu den Veloparkplätzen. Velo parken.
3. Rennen etwa 2 Kilometer. Du rennst die Runde und gehst wieder in die Badi. Beim Start ist auch das Ziel.

Die Stecken sind ausgeschildert.

Während du unterwegs bist, gibt es 4 Kontrollpunkte. Dort sagst du deutlich deine Nummer.

Nachmittag

13.10, Treffpunkt jeweils am abgemachten Ort mit dem KL
Klasse S3c kann 13.40 kommen.

Wettkämpfe

Am Vormittag hat jeder Schüler die Verantwortung rechtzeitig am Start zu sein. Die Startzeiten werden dir bekannt.

Am Nachmittag haben die Klassenchefs die Pflicht die Klasse oder das Team rechtzeitig an den Posten zu führen.

Tenue Nachmittag

Falls möglich Klassenweise folgende T-Shirt-Farbe anziehen:

R3a: schwarz / R3b: weiss / S3a: grün / S3b/KK9: rot / S3c: blau

Abfall

Den Abfall entsorgt jeder persönlich in den aufgestellten Abfallkübeln.