

**Kursprogramm Qualität und Kompetenz im Berufsfachschulsport Tenero 10.-14. Juni 2022**

	<b>Freitag</b>	<b>Samstag</b>	<b>Sonntag</b>	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>
<b>8:15 - 9:45</b>		<b>Fitness mit Minibands</b> Einfach einzubauen in den Alltag und in den Sportunterricht	<b>BLS /AED</b> <i>Weitere Infos folgen.</i>	<b>Disc Golf</b> Übungen und Spielideen für Disc Golf mit portablen Körben. Überall umsetzbar und eine idealer Alternative, wenn keine Sporthalle vorhanden ist.	
<b>10:15 - 11:45</b>		Blocker für eventuellen Abtausch	<b>BLS /AED</b> <i>Weitere Infos folgen.</i>	<b>Input EHB zur neuen Ausbildung im Berufsfachschulsport</b>	<b>Surfen auf einer stehenden Welle</b> Eine neue Bewegungserfahrung in fließendem Gewässer.
<b>12:00 - 13:00</b>		<b>Mittagessen</b>	<b>Mittagessen</b>	<b>Mittagessen</b>	
<b>13:30 - 15:00</b>	<b>Bewegung ist gut - Training ist besser</b> Lifetime Sportler zeichnen sich nicht durch lebenslanges Zuschauen beim Sport aus, sondern durch aktives Durchführen von sportlichen Aktivitäten bis während der gesamten Lebensdauer. Damit das gelingt braucht der Körper seinen täglichen Service.	<b>Skimboard</b> Eine neue Bewegungserfahrung im stehenden Gewässer. Eine koordinative Herausforderung im Wasser, welche keine Schwimmkenntnisse voraussetzt.	<b>SUP Polo</b> Eine neue Bewegungserfahrung auf stehendem Gewässer. Eine ideale Verbindung von Wasser, Koordination und Spiel.	<i>Mentales Training</i>  <i>Blocker für eventuellen Abtausch</i>	
<b>15:30 -17:00</b>	Weshalb sich das lohnt, warum es nicht jeden Tag High Intensity braucht und wie mit kleinen Inputs viel bewirkt werden kann soll in diesem Mix aus Theorie und lockerer Praxis aufgezeigt	<b>App's im Sportunterricht</b> Welche App's können einfach eingesetzt werden, ohne dass der Sportunterricht zu sehr digitalisiert wird und die Bewegung darunter leidet.	<b>Beachtennis</b> Tennis geht auch im Sand. Einfacher und anstrengender zugleich.	<b>Roundnet</b> Noch ein Trend oder schon fester Bestandteil des Sportprogramms? Auf jeden Fall ein koordinativ anspruchsvolles Ballspiel mit einem hohen Spassfaktor.	
				<b>Transfer und Nachtessen</b> Transfer nach Luzern zum gemeinsamen Nachtessen	