

Erlebnis Wintersport

Alle Schüler sollen während ihrer Zeit an unserer Schule an mindestens einem Ski-projekt teilgenommen haben:

Im Jahr 2004 fahren

- unsere 7. Klassen zum nordischen Skilaufen nach Oberwiesenthal oder Ruhpolding,
- Die Schüler der 8. und 10. Klassen zum alpinen Skilaufen nach St. Michael (Österreich) oder Ruhpolding,

Die Schüler der Oberstufe zur Vorbereitung auf das Abitur (Kurs C) entweder zum

- alpinen Skilauf mit Ergänzungen (Biathlon und Eisschnelllaufen) nach Ruhpolding
oder zum
- Nordischen Skilaufen und Biathlon nach Oberwiesenthal.

Weitere Informationen und Anmeldungen zur Teilnahme:

Klassen

7S1	Herr Heppner
7S2	Herr Bukmakowski
7S3	Frau Grewe
7S4	Frau Torma, Frau Elste
7R1/2	Frau Lünsmann

8S1	Frau Reich
8S2	Frau Acker, Herr Epple
8S3	Herr Soede
8S4	Frau Damrath

10	Herr Dresp
----	------------

Oberstufe (11. Klassen und 1. Sem.)

Alpin:	Frau Kuhlmann, Herr Stahr
Nordisch:	Herr Druschky

Poelchau-Oberschule Berlin

Sportbetonte Gesamtschule mit gymnasialer Oberstufe
Halemweg 24, 13627 Berlin
Telefon: 030 9029 25211
www.poelchau-oberschule.de
Fachbereich Sport, W. Stahr, FBL

Stand: 08.09.2003

Poelchau-Oberschule
Berlin

Wintersportvorhaben im Schuljahr 2003/2004



Eine Information
des Fachbereichs Sport

7. Jahrgang

2004 wollen wir zum ersten Male die Möglichkeiten der Bundesstützpunkte „Nordischer Skilauf“ in Oberwiesenthal und „Biathlon“ in Ruhpolding nutzen.



Alle Häuser stehen (fast) direkt an den Loipen und wir werden alle Möglichkeiten der rasanten Sportart „Nordischer Skilauf“ kennen lernen, vom klassischen Diagonal-

schritt bis zum Skating. Bei den Abschlussrennen kann jeder zeigen, was er/sie in den 10 Tagen gelernt hat. Daneben werden alle Schüler alpines Skifahren kennen lernen.

Kerngruppen 7S1 und 7S4

Zielort: Oberwiesenthal (Thüringen)

Termin: 11.02.–18.02.2004

Fahrtenleiter: Herr Heppner (7 S1)

Unterkunft: Jugendherberge „Am Fichtelberg“

Sportstätten: Wintersportpark Oberwiesenthal,

Einrichtungen des Bundesstützpunktes Nordischer Skilauf

Kosten: ca. 310 Euro

Kerngruppen 7S2 und 7 S3

Zielort Ruhpolding (Oberbayern)

Termine:

7S2: 10.-15.02.04

7 S4: 15.-20.02.04

Fahrtenleiter Herr Bukmakowski, Frau Torma

Unterkunft: Josephsheim

Sportstätten: Leistungszentrum Biathlon, Loipen der

Winklmoos Alm

Kosten: ca. 240 Euro

8. und 10. Jahrgang

Alpines Skifahren

Aufbauend auf Erfahrungen der / . Klassen werden die Schüler in dieser Klassenstufe mit dem alpinen Skifahren vertraut gemacht. Die Gruppen werden nach Können und Lernfortschritt flexibel zusammengesetzt.

Das Ziel:

Die Schülerinnen und Schüler sollen das Skifahren so erlernen, dass sie in jeder Situation sicher „fahren“ können. Dazu zählen diverse Schwungformen, unterschiedliches Geschwindigkeit und Gelände bei allen Schnee- und Wetterbedingungen. Daneben werden selbstverständlich Theorieabende zum Skilaufen und den Besonderheiten der Alpen abgehalten.

Als Skilehrer sind besonders qualifizierte Lehrer der Poelchau-Oberschule oder Profis der örtlichen Skischulen tätig.

Fahrtziele:

St. Michael im Lungau (Österreich)

Fahrtenleiter: Herr Dresch

Teilnehmende Klassen:

- Schüler des 10. Jahrgangs,
- Klassen 8S1 und 8S2

Unterkunft: Jugendherberge St. Michael

Skigebiet: Katschberg, Lungau

Kosten: ca. 300 Euro zuzügl. Leihgebühren

Termin: 08.-14.02.2003

Ruhpolding (Oberbayern)

Kerngruppen 8S3 und 8S4,

Fahrtenleiter Frau Damrath, Herr Söde

Termine

8S3: 10.-15.02.

8S4: 15.-20.02.2004

Unterkunft: Gasthof Fritz im Sand, Josephsheim

Kosten: ca. 270 Euro (inkl. Fahrt, Liftkosten und Ski-verleih)

Oberstufe

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler des

- Profilkurses Sport (11. Klasse),
- 1. Semesters für den Grundkurs Alpines Skifahren Grundkurs Nordisches Skifahren (Angebote Kurs C)

Aufbauend auf den Kenntnissen aus der Sekundarstufe I können hier unsere künftigen Abiturienten ihre Fertigkeiten erweitern und sich auf die Prüfung für den Kurs C vorbereiten, der in die Sportnote für das Abitur einfließen kann.

Alpines Skifahren

- * Paralleler Grundschwung,
- * Techniken aus dem Rennlauf,
- * Anfängerschulung,
- * Carving,
- * Skitheorie (FIS-Regeln, Methodik, Technik etc.)

Fahrtziel Ruhpolding (mit den Skizentren Unternberg und Steinplatte) Leistungszentrum Biathlon, Eisschnelllaufen Inzell
Zusätzlich im Programm:

- * Einstieg in Biathlon, Skispringen und Eisschnelllaufen
- * nach Absprache/Möglichkeit/Wetterlage: Paragliding

Fahrtenleiter: Herr Stahr und Frau Kuhlmann sowie Skilehrer er Skischule Ruhpolding

Termin: 10.02.-21.02.2004

Abfahrt: 10.02. gegen 23:00 an der Schule

Ankunft 21.02. gegen 07:00 (Schule)

Unterbringung: 2-4 Bettzimmern mit WC und Dusche, Vollpension

Kosten ca. 465,- Euro inkl. Skipass und Fahrt im Reisebus eines seriösen Busunternehmens

Nordisches Skilaufen

Schülerinnen und Schüler die ihre Kenntnisse im nordischen Skilauf vertiefen und einbringen wollen, können sich darauf auf den Loipen in Oberwiesenthal vorbereiten und die Abschlussprüfung ablegen.

Technik: Diagonal und Skating

Fahrtziel Oberwiesenthal)

Fahrtenleiter: Herr Druschky

Termin: 11.-20.02.2004

Unterkunft: Sportschule und Bundesstützpunkt Langlauf

Kosten: ca. 320 Euro