

Rahmenprogramm MF Alumni EHSM, 06.-08.09.24, Magglingen

JS-CH 205930



ALUMNI EHSM-HEFSM
Magglingen/Macolin

Freitag, 06.09.2024 Refresher BLS-AED & Pool Plus HV und J&S news

- Vorbereitungsauftrag für zu Hause**
- Innovieren und Umfeld pflegen
 - J+S News

Ab 14.15
HHG 206

Eintreffen und Kurseröffnung

- Begrüssung
- Organisation
- Zimmerbadge

15.00-19.00
HHG 206
HHG
Hallenbad

**Refresher BLS-AED-SLR /
CPR Refresher**

19.00-20.00

Abendessen
Bellavista

Samstag, 07.09.2024 MF-J+S Schulsport I

Ab 07.00

Morgenessen für TN mit Anreise am Vorabend

08.00-8.45
HHG 206

Gruppeneinteilung; Thema WB

- Einführung «Innovieren» und «Umfeld pflegen»
- Videoclip

09.00-11.45

Praxis Workshop 1

- Orientierungslauf (Lerchenplatz)
- Mountainbike (Bikes)
- Waldaktivitäten / Trekking (Waldhaus)

2 Sportarten der Auswahl müssen besucht werden (je Vormittag und Nachmittag)

12.00-13.00

- Mittagessen (Bellavista)

13.30-16.15

Praxis Workshop 2

- Orientierungslauf (Lerchenplatz)
- Mountainbike (Bikes)
- Waldaktivitäten / Trekking (Waldhaus)

2 Sportarten der Auswahl müssen besucht werden je (Vor- und Nachmittag)

17.45 -19.15
Waldhaus

J&S News & Sicherheit

- Update Jugend + Sport
- Sicherheit bei J+S

J&S Umfeld pflegen

- Mapping

19.15 -23.00

Abendessen Sommermenu im Waldhaus

- Freiwilliges Biwakieren beim Waldhaus (**Wichtig:** wer biwakieren will, muss zwingend am Nachmittag in der Waldaktivität Gruppe sein → Forms)

Sonntag, 08.09.2024 MF-J+S Schulsport I

Ab 07.00

Morgenessen

8.30-10.15
v

Praxis Workshop 3/4

- Tanz (ASH)
- Rugby / Flagfootball (Lerchenplatz)

10.30-12.15

Praxis Workshop 3/4

- Tanz (ASH)
- Rugby / Flagfootball (Lerchenplatz)

12.30

Kursschluss & Mittagessen

- Lunchbag

Anmeldung:

<https://forms.office.com/e/4HJdcLnzms>



Kurskader **Kursleitung:** Dominic Götz / **Mountainbike:** Agnes Scheidegger / **Orientierungslauf:** Therese Achermann / **Trekking:** Matthias Roher **Flagfootball:** Renato Maggi / **Tanz:** Nicolas Kramer
Teilnehmende **Total:**



Informationsvermittlung



Interaktion



Sportpraxis



Pause



Reflexion

Programmänderungen bleiben vorbehalten