

Liebe Schülerinnen und Schüler,

Für die Zeit des Distance Learning werden wir euch ab jetzt wöchentlich Bewegungsangebote auf die Homepage stellen, je 3 Einheiten für die 1./2. Klassen und die 3./4. Klassen. Alle Einheiten bestehen aus Videos von externen Anbietern die wir gesichtet und für gut befunden haben. Alle Übungen können auf kleinstem Raum durchgeführt werden.

In der ersten Woche bestehen alle 3 Einheiten aus je einem Video von Alba's täglicher Sportstunde und einer Übung, die von einem/einer ÖSV-AthletIn präsentiert wird.

Der Berliner Basketballverein Alba bietet seit den Schulschließungen auf ihrem YouTube-Kanal eine tägliche polysportive Sportstunde an. ALBAs tägliche Sportstunde bringt in Zeiten der Corona-Krise Bewegung, Fitness und Wissenswertes für Kinder und Jugendliche – zum Ansehen und Mitmachen in euren eigenen vier Wänden.

Der ÖSV ist der österreichische Schiverband und beheimatet unter anderem die österreichischen alpinen SchifahrerInnen, die Athletinnen und Athleten der nordischen Disziplinen (Langlauf, Skisprung, Kombination) und die SnowboarderInnen.

Wir hoffen, dass dieses Angebot euch dabei hilft, euch regelmäßig sportlich zu betätigen und fit zu bleiben. Tägliche Bewegung ist sehr wichtig. An den übrigen Tagen der Woche solltet ihr auch immer in Bewegung bleiben, je nach euren Möglichkeiten zu Hause / im Umfeld z.B. laufen oder Rad fahren gehen.