



KLOSTERSCHULEN
UNSERER LIEBEN FRAU
OFFENBURG



Schuljahr 2023/2024

Angebotene AG: Kickboxen



Lehrer:

Luis Haber

Zielgruppe:

Alle Schülerinnen (5. Klasse bis Kursstufe)

Zeitpunkt:

Mittwochs, 13.30 – 15.00 Uhr

Erstes Treffen – Ort und Zeit

Mittwoch, 18.09.23 in der Neubau-Sporthalle

Das Kickboxen ist ein Sport, welcher nicht nur den ganzen Körper stärkt und in Bewegung bringt, sondern auch das Selbstbewusstsein, sowie die Wahrnehmung für den eigenen Körper steigert. Aus diesem Grund mag ich diesen Sport so gerne und würde das gerne mit Euch teilen. In der AG werden wir deshalb wöchentliche „Kickbox-Trainings-Sessions“ abhalten und uns so gemeinsam fit halten.

Auch wenn das Kickboxen eine Kontaktsportart ist, verstehe ich den Sport als ein Miteinander und kein Gegeneinander. Macht Euch also keine Sorgen über die vermeintliche „Härte“ des Sports.

Alle sind willkommen, egal ob Anfängerin oder Profi.