

**Sehr geehrte Eltern, liebe Schüler und Schülerinnen der 5. Klassen,**

im Rahmen des verpflichtenden Sportunterrichtes führen wir im neuen Schuljahr unser Projekt fort, das da heißt:

## RUN FOR YOUR LIFE

Hierbei soll durch ein kontinuierliches Training in erster Linie die Ausdauerleistungsfähigkeit Ihres Kindes gestärkt werden, wie es zu Recht auch im Lehrplan verankert ist.

Durch adäquates Ausdauertraining in Verbindung mit koordinativen und kräftigenden Übungen werden die allgemeine körperliche Fitness, die Konzentrationsfähigkeit und das Immunsystem gestärkt bzw. verbessert. Zudem beugt eine regelmäßige körperliche Betätigung dieser Art Bewegungsmangelkrankheiten und Herz - Kreislauf - Problemen vor.

Unter dem Motto

„ Es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur schlechte Kleidung!“  
bewegen wir uns bei jeder Witterung - außer bei Glatteis und sehr starkem Regen - gemeinsam mit unseren Schülern an der frischen Luft.

Daher möchten wir Sie bitten Ihr Kind mit der entsprechenden „wetterfesten“ Grundausrüstung auszurüsten:

- ⇒ geeignete Schuhe
- ⇒ jeweils eine kurze und/oder eine lange Sporthose
- ⇒ T-Shirt oder Pullover
- ⇒ Wechselkleidung
- ⇒ Sonderbekleidung (z.B. Mütze oder Handschuhe)  
je nach Empfindlichkeit

Da es sich bei diesem Projekt um eine reguläre Sportstunde handelt, ist die Teilnahme für alle Schüler und Schülerinnen Pflicht. Befreiungen sind demnach - entsprechend der gültigen Absenzenregelung - grundsätzlich nur nach persönlicher Rücksprache mit dem jeweiligen Sportlehrer möglich. Bei häufigen Fehlzeiten kann ein ärztliches Attest eingefordert werden.

In der Hoffnung auf eine bewegte 3. Sportstunde  
die beteiligten Sportlehrkräfte des SSG

Nbg.,...

i.V.  
(E.Abel,StD,Fachbetreuer Sport)

