

Rückblick: Fortbildungstag in Köthen

Im Rahmen unserer Jahreshauptversammlung fand auch in diesem Jahr wieder ein Fortbildungstag statt. Die Anmeldezahlen blieben ein Stück hinter unseren Erwartungen zurück, aber der frühe Termin in einem viel zu kurzen Schuljahr forderte seinen Tribut. Am Ende können wir jedoch auf eine gelungene Samstagsveranstaltung zurückblicken.

Mit Beatrice Anders war unsere kompetente und routinierte Dauerbrennerin im Einsatz und fegte mit den Teilnehmern durch den Tanzsaal. Ob Salsa, HipHop, Schlager oder Pop – die bunte Mischung wurde rhythmisiert.



Auch beim Kickboxen fanden die Kollegen den richtigen (Schlag)Rhythmus. Neben Erwärmungs- und Spielformen galt es bei den Grundtechniken fit zu werden, dabei Bein- und Armbewegungen zu koordinieren und jederzeit konzentriert zu sein. Nils Matheja bereitete die gesamte Einheit methodisch strukturiert auf und lud damit zu einer direkten Umsetzung in der Schule ein. Am Ende gab es Hinweise für die Leistungsbewertung durch verschiedene Komplexübungen sowie Materialkunde.



Wer bisher noch nichts von HOLF gehört hat, dem schaffte David Senf erfolgreich Abhilfe. Die



Mischung aus Handball und Golf brachte den Teilnehmern viel Spaß und forderte neben Treffsicherheit auch die Konzentration und verschiedenste (selbst festgelegte) Wurftechniken. Nach einer kurzen Einführung eroberten die HOLF-Meister und ihre Gruppen den Schulhof und testeten sich durch Regelwerk und Spielvarianten, wobei hier und da lautstark gejubelt oder geflucht wurde.



Wir bedanken uns bei Beatrice, Nils und David für die interessanten sowie gewinnbringenden Inhalte!