



SOMMERSPORTWOCHE DER 5. KLASSEN

Liebe Schülerinnen und Schüler, sehr geehrte Eltern!

Die Schulveranstaltung „*Sommersportwoche der 5. Klassen*“ findet heuer **zum ersten Mal** am traumhaften **Faaker See in Kärnten** statt. Bei Sommersportlern/-innen ist diese Gegend eine in jeder Hinsicht beliebte Sommersportregion mit ausgezeichneten Möglichkeiten zum Schwimmen, Biken, Klettern, Surfen, Segeln und vieles mehr!

Im Folgenden finden Sie die wichtigsten (Vor-) *Informationen zur Sommersportwoche 2023: (genaue Uhrzeiten, Tagesabläufe, Checklisten, usw. folgen zu einem späteren Zeitpunkt!)*

Zeitpunkt: Montag, 25.09.2023 – Freitag, 29.09.2023 (*genaue Uhrzeiten folgen!*)

Adresse: BSFZ Faaker See (Halbinselstraße 14, A-9583 Faak am See)

Tel.: +4342542120-0

Homepage: <https://faakersee.bsfz.at/>

Unterbringung und Verpflegung:

Die Schüler/innen werden in vorwiegend **Zweibettzimmern mit Schreibtisch, Dusche/WC, und Zimmersafe** untergebracht. *Etwa eine Woche vor Kursbeginn werden Zimmerlisten durch die Klassen gegeben, worin sich die Schüler/innen selbst in Zimmer einteilen können.* Die **Verpflegung** beinhaltet ein reichhaltiges Frühstücks-, Mittags- und Abendbuffet, inkl. ein Getränk zum Mittags- und Abendbuffet (1/2 Liter Alkoholfrei).

Auf vegetarische Speise bzw. Lebensunverträglichkeiten wie Laktoseintoleranz oder Glutenallergie wird natürlich Rücksicht genommen!

Organisation und Kurskosten:

Damit wir den wunderschönen Faaker See optimal erkunden können, ist geplant, dass alle Schüler/innen **mit einem eigenen Scooter inklusive Helm** anreisen!

Die **Gesamtkurskosten** werden mit **440 Euro pro Schüler/in** veranschlagt. Darin **inkludiert** ist der **Bustransport (Hin- und Rückfahrt)**, **Zimmer mit Dusche/WC (4 Nächte)**, die **Verpflegung (Vollpension)**, **9-13 Sportunterrichtseinheiten (sportartenunabhängig!)** zu je **50-60 min** auf 4 Tage aufgeteilt und eventuelle **weitere geplante Ausflüge!** (*genauere Informationen diesbezüglich folgen zu einem späteren Zeitpunkt!*).

Hinweis: Für die Abschlussprüfung beim **WINDSURFEN (VAW-Grundschein)** und beim **SEGELN (Basiskurs)** sind zusätzlich **16 €** zu bezahlen und ein **Foto abzugeben**. Die Abgabe dieser Zusatzkosten und des Fotos erfolgen bitte gesondert in einem Kuvert bei Abgabe des Anmeldeblatts.

HINWEIS:

Es gibt die Möglichkeit einer **finanziellen Unterstützung** über den **Stadtschulrat** bzw. über unseren **schulinternen Sozialfonds**.

Für beide Fälle liegt das jeweilige **Antragsformular im Sekretariat** unserer Schule auf.
Für genauere Informationen diesbezüglich stehe ich Ihnen jederzeit zur Verfügung!

Der Gesamtkostenbetrag kann entweder zur Gänze oder in zwei Raten bezahlt werden:

Ich bitte Sie um ...

- * eine **1. Anzahlung** in der Höhe von **220€ bis spätestens Mo, 31.07.23** ODER
- * den **Gesamtbetrag/Differenz** in der Höhe von **440/220€ bis spätestens Do, 31.08.23**

Mit dieser Zahlung bestätigen Sie die verbindliche Teilnahme Ihres Kindes an der diesjährigen Sommersportwoche.

Online Banking: *(falls benötigt liegen auch Erlagscheine im Sekretariat auf!)*

Empfänger: BRG Rainergasse 39 – SVA 2, 1050 Wien

IBAN: AT81 0100 0000 0523 3030

Verwendungszweck: Sportwoche - Klasse & Nach- und Vorname des/der Schülers/in
(z.B. Sportwoche Klasse 4A - Mustermann Max)

Sollte Ihr Kind die **verpflichtende Schulveranstaltung nicht besuchen** können, dann geht das nur aus den folgenden **angeführten Gründen** und mit einer **schriftlichen Abmeldung** beim Leiter der Sommersportwoche (Prof. Kröpfl) und in der Direktion.

- *Krankheit des/der Schülers/Schülerin mit ärztlicher Bestätigung.*
- *Bei Krankheit der Angehörigen und benötigter Hilfe des/der Schülers/ Schülerin.*
- *Bei einer unmöglich erscheinenden Nächtigung außerhalb des Wohnortes.*

Ich bitte Sie das beigelegte **Anmeldeblatt** auszufüllen und *(eventuell mit den 16 € für das Windsurfen/Segeln + Foto)* bis **spätestens Fr, den 30.06.2023 beim Klassenvorstand** abzugeben.

Bei Fragen oder Unklarheiten können Sie mich jederzeit per Mail (kroepfl@rainergymnasium.at) oder telefonisch im LehrerInnenzimmer kontaktieren!

Auf eine schöne, unfallfreie und lustige Sommersportwoche freut sich im Namen des gesamten Lehrer- und Betreuerteams

Mag. Christian Kröpfl (Kursleiter)

PS: Weitere und genauere Informationen (inkl. Fotos) finden Sie unter den folgenden Links:

Quartier: <https://faakersee.bsfz.at/> Schulsport – Profis: <https://schulsport-faak.at/>

ÜBERSICHT über die hauseigenen INDOOR bzw. OUTDOOR Sportanlagen:

INDOOR	<ul style="list-style-type: none">• Dreifach-Multifunktionshalle (Haus Österreich): alle Disziplinen, u. a. Tischtennis und Judo (300 m² Taekwondo- und Judomatten), mobile Badmintonfelder• Cardioraum (Haus Österreich): Technogym-Geräte der neuesten Generation (2016)• Kraft- und Fitnessbereich (Haus Kärnten): 350 m², neue Geräte (2016);• Aerobicraum (Bootshaus) mit Boulderwand• Zimmergewehranlage, Tischtennisraum
---------------	---

OUTDOOR	<ul style="list-style-type: none">• Fußball (ein Kunstrasenplatz, zwei Rasenplätze), je ein Basket-, Volley- und Beachvolleyballplatz, acht Kunstrasentennisplätze• Leichtathletik: 110 m-Laufbahn, Weit-, Hochsprung- und Kugelstoßanlage• Wassersport: Schwimmtraining im glasklaren Trinkwasser des Faaker Sees; die 734 m² große Steganlage, 50 m Freiluft-Schwimmbahnen, 1 m Sprungbrett, Freiluft-Wasserballanlage, Stand-up-Paddleboards, Windsurfboards, Ruderboote• Orientierungslauf-Parcours
----------------	---

Wählbare SPORTPACKAGES & SPORTKURSE: *(das Zustandekommen einzelner Kurse ist von einer Mindestteilnehmeranzahl pro Kurs abhängig!)*

1. **MOUNTAINBIKE:** Unser Programm ist nicht nur für konditionsstarke Teilnehmer, Richtung Karawanken sondern auch für Genußbiker, leicht zu erreichende Singeltrails bis Sightseeing Touren zu unseren umliegende Seen. Der Kurs beinhaltet: Fahrtechnik mit dem Bike, Mountainbike in Verbindung mit Natur und Umwelt, Pflege, Wartung und Reparatur, Justierung von Schaltung, Bremsen, Tretlager, Steuersatz ua.
2. **KAJAK:** Seit mehr als 20 Jahren legen wir beim Kajakunterricht auf spielerisches Lernen, viel Spaß und das Gewinnen von Sicherheit ein besonderes Augenmerk. Wir beschäftigen ausschließlich staatlich geprüfte Kajaklehrer um ein Maximum an Sicherheit, Lernfortschritt und Professionalität zu gewährleisten. Spezielle Gruppenpreise für Kanu und Stand Up Paddling Verleih am See. **Der Kurs beinhaltet:** Grundlegende Paddeltechniken, viele Spiele und Gleichgewichtsübungen, Eskimorolle, Bewußtseinsschulung für Gefahren am Wildwasser, Wildwasser Schwimmen, gegenseitiges Retten, Flussbefahrung Gail, Flussbefahrung Möll
3. **TENNIS:** Vorhand, Rückhand, Volley, Smash, Aufschlag. Abschlussturnier mit Urkunden! Bei Schlechtwetter kann eine Tageseinheit in Form von Video, Theorie und spezifischem Stretching oder ein Tischtennis-Turnier eingebracht werden. **Neu:** Tennis mit Musik! **Ausrüstung:** Tennisschuhe (ohne Profil), Tennisschläger und Regenschutz bitte mitbringen. Leihschläger sind genügend vorhanden (ohne zusätzliche Gebühr). Der Kurs beinhaltet: Erlernen der Schlagtechnik, Erlernen des Regelwerks, Übungen zur Technik, Abschlussturnier
4. **SPORTKLETTERN:** Erlerne spielerisch das Klettern: am Naturfels in einem der schönsten Klettergärten Österreichs unter der Anleitung von erfahrenen, staatlich geprüften Bergführern. **Kursinhalte:** Begehen von Klettersteigen, Sportkletterrouten mit top-ropo-Sicherung, Klettertechniken und Bewegungstraining, Sicherungstechniken, aktives und passives Abseilen, Förderung von Selbstvertrauen, Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein.
5. **BEACHVOLLEYBALL:** **Kursinhalt:** Erlernen der Grundtechniken (Pritschen, Baggern), Verschiedene Aufschlagsvariationen, Angriff (Cut, Spike, Shot, Poke), Block,Verteidigung (Tomahawk), Regelkunde, Abschlussturnier! **Ausrüstung:** Sportbekleidung, Kappe, Sonnenbrille, Sonnencreme und Regenschutz.
6. **WINDSURFEN:** Spielerisch leichtes und schnelles Erlernen des Surfsports mit neuen ultraleichten Riggs in allen Größen und neuen sehr kippstabilen Boards! **Kursinhalt:** exakte Ausbildung am Simulator, Geräteerklärung, Segeltheorie, Ansprache am Wasser, am Stand umdrehen, Starten, Gerade ausfahren, Rechts- und Linksfahren, Schulungsmäßige Wende und Halse, Fehlerquellen, Umsetzung des Erlernten in die Praxis, exaktes Aufkreuzen, Abfahren aller Kurse, Manöverkreis, Zielpunktfahren, selbstständiges Fahren, Beherrschung der Windstärke 3 bis 4, Ausbildung zum VAW-Grundschein (eventuell) ; **Schlechtwetterprogramm:** Auf- und Abbau eines Segels, Knotenkunde, Materialkunde, Segelkunde, Surfgeschichte, Vorbereitung zum Grundschein, Filme aus Hawaii
7. **SEGELN:** **Segelbasiskurs** Die ersten Schritte zum Segeln. Miteinander Segel setzen bzw. bergen, Ab- und Anlegen, Wende, Fahren verschiedener Kurse, Knotenkunde, Theorievortrag.

