

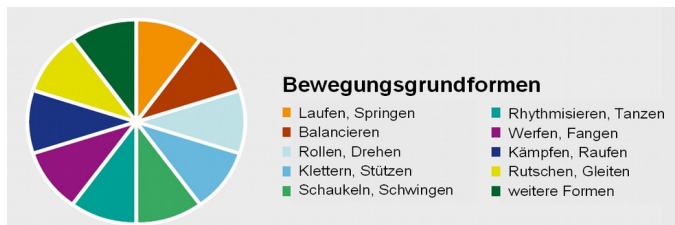
# Kursjournal J+S-Kindersport



Das Kursjournal dient als Planungshilfe und muss bei der Kursanmeldung der kantonalen Amtsstelle für J+S zur Bewilligung eingereicht werden. Es können andere Vorlagen verwendet werden, sofern sie den gleichen Informationsgehalt aufweisen. Die Kursleitung hat die Möglichkeit unter Einhaltung der Weisungen von J+S-Kids kurzfristige Programmänderungen vorzunehmen.

<b>Organisation:</b>	Läuferriege Ebikon (LRE)
<b>Gruppenbezeichnung:</b>	Kindersport
<b>Alter der Kinder:</b>	5 - 9 Jahre
<b>Angebots-Nr.:</b>	
<b>J+S-Leiter/in Kids:</b>	Rita Fassbind und Pavel Sir
<b>J+S-Coach:</b>	Heinz Arnold
<b>Ort und Zeit:</b>	Sportplatz Risch, Ebikon, Zeit 18.45 Uhr bis 20.00 Uhr

Lektion/Training	Datum	Schwerpunktthema	Laufen, Springen	Balancieren	Rollen, Drehen	Klettern, Stützen	Schaukeln, Schwingen	Rhythmisieren, Tanzen	Werfen, Fangen	Kämpfen, Raufen	Rutschen, Gleiten	Weitere Formen	Ort / Kursumgebung	Umgebungswechsel
1	03.04.2019	Laufspiele und Spass haben	x	x	x			x	x				Sportplatz Risch	
2	10.04.2019	Flink wie ein Wiesel	x	x				x			x		Sportplatz Umgebung	
3	17.04.2019	Laufschule/Stafetten	x	x				x			x		Sportplatz	
4	08.05.2019	Schneller Hase	x	x	x			x			x		Sportplatz Umgebung	
5	15.05.2019	Vita Parcours	x	x		x	x			x			Wald Vita Parcours	
6	22.05.2019	Joker	x	x			x	x			x		Sportplatz	
7	29.05.2019	Sprints Weitsprung	x	x	x			x		x	x		Zentralschulhaus	
8	05.06.2019	Einfach Spass haben	x	x		x		x			x		Spielhimmel	
9	12.06.2019	Laufschule/Stafetten	x	x	x			x	x				Sportplatz Umgebung	
10	19.06.2019	Bälle werfen, fangen Stafetten	x	x				x	x				Zentralschulhaus	
11	26.06.2019	Schneller Hase/ <b>Hellebardelauf</b>	x	x			x	x			x		Sportplatz Umgebung	
12	03.07.2019	Joker Spass haben	x	x	x			x	x		x		Spielhimmel	
13	21.08.2019	Laufspielereien und Spass	x		x			x					Sportplatz	
14	28.08.2019	Sprints Weitsprung Ballwurf	x	x		x					x		Zentralschulhaus	
15	04.09.2019	Laufspiele und Spass haben	x	x	x			x					Spielhimmel	
16	11.09.2019	Schneller Hase / <b>Aemmelauf</b>	x	x	x		x			x	x		Sportplatz Umgebung	
17	18.09.2019	Laufspielereien / <b>Willisauerlauf</b>	x		x		x		x				Sportplatz Umgebung	
18	25.09.2019	Stafetten und Spiele	x	x		x	x	x			x		Sportplatz	
19														
20														
21														
22														
23														
24														
25														
26														
27														
28														
29														
30														
<b>Total</b>			<b>18</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	<b>0</b>	<b>Anzahl</b>	<b>0</b>
<b>Anzahl J+S-berechtigte Trainings:</b>			<b>20</b>									<b>Prozent</b>	<b>0%</b>	



**Vielseitigkeit:** Kurse "Allround" berücksichtigen alle Bewegungsgrundformen.

**Umgebungswechsel:** Im Sinne der ganzheitlichen Entwicklung der Kinder empfiehlt das Bundesamt für Sport BASPO, einen Viertel der Trainings in verschiedenen Umgebungen durchzuführen.