

Rugby

Zeit: Montag, 14:20 – 16:00

Leitung: Rugby Verein Heusenstamm

Treffpunkt: Schulhof

Das Rugby-Projekt richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler der Klassen 5 bis 10, die das Interesse an diesem dynamischen und kraftvollen Sport mitbringen. In unserem Projekt könnt ihr die Grundlagen des Rugbyspiels erlernen und eure Fähigkeiten verbessern, egal ob ihr Anfänger seid oder bereits Erfahrung habt. Das Ziel des Projekts ist es: Techniken und Taktiken des Rugbyspiels zu vermitteln, die Koordination, Ausdauer und Teamarbeit zu fördern sowie den Respekt und die Fairness zu stärken.

Die Trainer werden von unserem externen Partner, vom Rugby Verein Heusenstamm, zur Verfügung gestellt. Sie führen euch durch ein abwechslungsreiches Programm, das euch die Vielseitigkeit dieses Sports näherbringt. Beim freien Spiel habt ihr die Möglichkeit, das Gelernte in Spielen anzuwenden. Am Ende jeder Einheit gibt es ein Cool-down mit Lockerungsübungen und einer kurzen Besprechung des Trainings.

