

Ostersportwoche 2022

Montag, 25. April – Donnerstag, 28. April 2022 (2. Osterferienwoche)



Bei Fragen: ostersport.adligenswil@gmail.com

Gemeinsam in Bewegung – Sport, Spiel und Spass zusammen erleben

Liebe Kinder und Jugendliche
Liebe Eltern

Kennt ihr das Gefühl, nach einem Training körperlich erschöpft zu sein? Und gleichzeitig die Freude zu spüren, etwas geleistet zu haben? In einem Team zusammen mit anderen? Wettkampf, Spiel und Spass gemeinsam zu erleben? Dabei zu sein? Teil einer Mannschaft zu sein? Sich selbst herausgefordert zu haben? Habt ihr Lust und Neugier, eine neue Sportart kennenzulernen?

Ja? Wunderbar: Wir freuen uns sehr, dass wir im 2022 wieder eine Ostersportwoche für Kinder und Jugendliche in Adligenswil anbieten können! Jonas Regli hat zusammen mit Adligenswiler und Luzerner Sportvereinen wiederum ein vielseitiges Angebot zusammengestellt: herzlichen Dank an ihn und an die Leiterinnen und Leiter der Sportvereine für dieses ehrenamtliche Engagement!

Gemeinsam laden wir euch, liebe Kinder und Jugendliche, zu dieser Ostersportwoche ein. Alles Nähere zu den verschiedenen Angeboten und zum Administrativen finden ihr in dieser Broschüre und auf unserer Website www.adligenswil.ch. Wir wünschen euch viel Spass und tolle Begegnungen an der Ostersportwoche!

Esther Müller
Geschäftsführerin

Badminton

www.bc-adligenswil.ch

Für Kinder ab Kindergarten – 6. Klasse

Ort	Turnhalle Dottenberg, Adligenswil
Zeit	25. April – 28. April Kurs 1: 13:00 – 14:30 (jüngere Kinder) Kurs 2: 14:45 – 16.15 (ältere Kinder)
Mitnehmen	Turnschuhe, Sportkleider, Getränk, falls vorhanden Badmintonschläger
Vorhanden	Garderobe, Duschen
Kontakt	Jonas Willimann bcadligenswil@bluewin.ch

Es müssen sich mindestens 8 Kinder anmelden, damit dieser Kurs durchgeführt wird. Bei grosser Nachfrage wird nach Möglichkeit ein dritter Kurs angeboten. Die Einteilung erfolgt nach Alter.



Goshindo

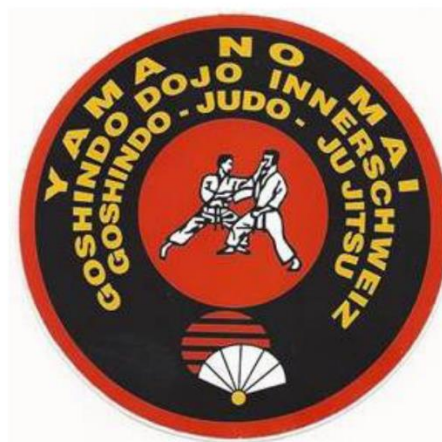
Selbstverteidigung

www.goshindo-adligenswil.ch

Ab 6 Jahren – 6. Klasse

Ort	Dojo Dottenberghalle, Adligenswil
Zeit	25. April – 28. April, jeweils von 16.00 – 17.30
Mitnehmen	Trainerhose und T-Shirt, barfuss
Vorhanden	Garderobe, Duschen
Verantwortlich	Vreni Rosko v.rosko@bluewin.ch

Es müssen sich mindestens 6 Kinder anmelden, damit dieser Kurs durchgeführt wird. Maximal können 25 Kinder teilnehmen.



Fussball

Fussball begeistert. Ob Mädchen oder Jungen, ob Kinder mit- oder ohne Erfahrung: **Alle können mitmachen!** Es braucht nur Freude an der Bewegung und am Spiel im Team. Der Rest kommt von selbst. Wir führen einfache Übungen durch und Spielen viel.

Für Kinder ab Kindergarten – 6. Klasse

Mehr Informationen zum FC Adligenswil findest du unter www.fcadligenswil.ch



Ort	Fussballplatz Obmatt, Adligenswil
Zeit	25. April – 28. April, jeweils von 09.00 – 11:00
Mitnehmen	Schuhe für Rasenplatz, dem Wetter entsprechende Sportkleider
Vorhanden	Garderobe, Duschen
Verantwortlich	Ruth Indergand br_indergand@bluewin.ch

Es müssen sich mindestens 10 Kinder anmelden, damit dieser Kurs durchgeführt wird.

Tanzen

Gemeinsam und mit viel Freunde tanzen wir zu verschiedener Musik. Die Kinder erlernen und kreieren altersgerechte kurze Choreografien. Tanzübungen zum Aufbau der Körperhaltung, Musikalität, Koordination sowie der Körperwahrnehmung und das Raumgefühl werden erarbeitet. Dabei steht der Spass stets im Vordergrund.

www.tanzdas.ch

Für Kinder ab Kindergarten – 6. Klasse

Ort	Tanzstudio tanZdas, Winkelbühl 4, 6043 Adligenswil
Zeit	25. April – 28. April Kurs 1: 09:00 – 10:00 (Kindergarten – 1. Klasse) Kurs 2: 10:00 – 11.00 (2. Klasse – 4. Klasse) Kurs 3: 11:00 – 12:00 (5. Klasse – 6. Klasse) Je nach Anmeldungen können die Zeiten auch noch ändern.
Mitnehmen	bequeme Turnkleider, barfuss, Haare zusammenbinden
Vorhanden	Garderobe
Verantwortlich	Elena Raquel Garcia elena.raquel.g@gmail.com

Es müssen sich mindestens 5 Kinder anmelden, damit dieser Kurs durchgeführt wird.



Polysport / Landhockey

Du hast Lust, dich so richtig auszupowern in den Ferien? Jeden Tag haben wir ein abwechslungsreiches Programm mit je zwei Stunden Sport (z. B. Kleine Spiele, viele Ballsportarten) am Vormittag, einer gemeinsamen Mittagspause im Schulhaus und zwei Stunden Landhockey als coolen Abschluss.

www.luzerner-sc.ch

Für Kinder ab 6 Jahren

Ort	Kunstrasenplatz & Turnhalle Felsberg, Felsbergstrasse 10, 6006 Luzern
Zeit	Montag, 25. April – Freitag, 29. April 09:00 – 14:00 Achtung: dieser Kurs findet von Montag – Freitag statt.
Mitnehmen	Hallenschuhe (helle Sohlen), Aussenschuhe (ohne Stollen), Ersatzkleider, evtl. Regenjacke und Trinkflasche
Vorhanden	Garderobe, Duschen, Schläger, Mittagessen
Verantwortlich	Kristof Klein kristof.klein@gmx.ch , 076 238 70 11

Maximal können 25 Kinder teilnehmen.

Mein **Herz** Schlägt **Grün**.



Unihockey

Unihockey - die attraktive, schnelle und quirlige Sportart, für die es lediglich Sportkleider, Hallenschuhe und einen Stock benötigt!

Komm vorbei und probiere diese spannende und rassige Sportart bei uns aus, wir freuen uns auf dich!

Wenn du Interesse an einem anschliessenden Training hast, melde dich für ein Schnuppertraining an.

Für Kinder ab Kindergarten – 5. Klasse



Ort	Turnhalle Obmatt, Adligenswil
Zeit	25. April – 28. April, vormittags
Mitnehmen	Hallensportkleider, Hallenschuhe, Getränk, falls vorhanden Unihockeystock
Vorhanden	Garderobe, Duschen, Goalie-Ausrüstung, Unihockey Material
Verantwortlich	Ulas Canli, 076 477 55 00 ulas.canli@unihockeyluzern.ch

Es müssen sich mindestens 6 Kinder anmelden, damit dieser Kurs durchgeführt werden kann.

Weitere Informationen auch auf
www.unihockeyluzern.ch



Sportschiessen

www.fsg-adligenswil.ch

Für Kinder ab 4. Primar – 6. Primar

Ort	Alst Militärunterkunft 10m Anlage
Zeit	25. April – 28. April, Zeiten werden nach Anmeldung bekanntgegeben
Mitnehmen	warme Kleider (Raum unbeheizt), Getränke
Vorhanden	Luftgewehre, Munition, Scheiben
Verantwortlich	Schryber Josef jo.schryber@bluewin.ch

Es müssen sich mindestens 4 Kinder anmelden, damit dieser Kurs durchgeführt werden kann. Maximal können 12 Kinder teilnehmen.



Tennis

www.lvet.ch

Für Kinder ab Kindergarten – 6. Klasse

Ort	Tennishalle, Stöckenweg 7, Adligenswil
Zeit	25. April – 28. April Kurs 1: 09:00 – 10:00 (jüngere Kinder) Kurs 2: 12:00 – 13:00 (ältere Kinder)
Mitnehmen	Sportkleider, saubere Turnschuhe, Getränk, wenn vorhanden Tennisracket
Vorhanden	Garderobe, Duschen, Tennisbälle, Tennisrackets
Kontakt	Office, la vie en tennis, 041 370 75 75

Es müssen sich mindestens 6 Kinder anmelden, damit dieser Kurs durchgeführt werden kann. Maximal können 12 Kinder teilnehmen.



Anmeldung

Die Ostersportwoche bietet für Kinder vom Kindergarten bis zur 6. Klasse ein vielfältiges Programm. Für die Anmeldung gibt es einige Dinge zu beachten:

Einige Kurse haben Altersbegrenzungen, bitte beachten Sie diese.

Der Kurs Landhockey wird in Zusammenarbeit mit dem LSC aus der Stadt Luzern angeboten. Aus diesem Grund dauert dieser Kurs fünf Tage vom Montag, 25. April – Freitag, 29. April 2022.

Wir versuchen so gut wie möglich auf die Wünsche der Kinder einzugehen, trotzdem ist es notwendig eine zweite Priorität anzugeben. So können wir garantieren, dass jedes Kind einen Kurs besuchen kann. Der Zeitpunkt der Anmeldung ist dabei nicht entscheidend, wir lösen die Plätze der überbuchten Kurse aus.

Die Kurszeiten können sich nach der Einteilung noch ändern, z.B. weil wir aufgrund einer hohen Nachfrage mehrere Kurse anbieten oder weil wir nur die zweite Priorität ermöglichen konnten.

Die Anmeldung gilt verbindlich für die ganze Woche. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Die Kurskosten betragen 40 Franken. Aus finanziellen Gründen soll aber niemand zuhause bleiben, bitte melden Sie sich vertrauensvoll an Jonas Regli. Wir finden gerne eine Lösung.

Die Anmeldebestätigung wird zusammen mit der Einteilung und Rechnung per Post zugestellt. Die Kurskosten sind per Rechnung zu begleichen, bitte kein Geld in die Kurse mitbringen. Die Kurskosten werden bei Abwesenheit nicht zurückerstattet – gesundheitliche Gründe ausgenommen.

Bei Fragen oder Unklarheiten können Sie uns per Mail auf ostersport.adligenswil@gmail.com erreichen. Wir helfen gerne weiter.

Anmeldeschluss: 20. März 2022.

Anmeldeformular unter: <https://forms.gle/nhqj1p9Ykn7rAA116>

Bitte verwenden Sie ausschliesslich das Online-Formular zur Anmeldung und füllen Sie pro Kind ein neues Formular aus. Der Link ist ebenfalls auf der Homepage der Gemeinde zu finden (www.adligenswil.ch).