

Fit & Aktiv

5 Tage | Klasse 1-8 | ganzjährig buchbar



Den Schülern soll als Beitrag für eine gesunde Lebensweise die Freude an körperlicher Bewegung vermittelt werden. Gleichzeitig erhalten sie die Möglichkeit, sich selbst auszutesten. Zielstellung dabei ist die Förderung von Teamgeist und Kameradschaftlichkeit untereinander.

Programm

- Schnupperstunde Yoga & Achtsamkeitstraining unter Anleitung einer ausgebildeten Trainerin (Dauer: 2 x 60 min/halbe Klasse)
- Bewegungsspiele für Klasse 1-4 (Dauer: ca. 60 min) **oder** Nutzung des Fitnessraumes inkl. Einweisung ab Klasse 5
- 1 Stunde Spiel & Spaß auf unseren Sportanlagen
- 1 Stunde Nutzung des Aktiv- und Freizeitraumes (mit Activity-Wall etc.)
- Fast Food - gesund, lecker und selbstgemacht (Dauer: 2 x 60 min/halbe Klasse)
- Let´s Dance - eine tanzende Schnupperstunde (Dauer: ca. 60 min)
- Disco, Grillabend & Kino



Bezug zum Lehrplan:

Biologie: Gesunderhaltung von Skelett und Muskulatur sowie Bewältigung von Stress

Sport: Fitness, Tanz, Zielschussspiele

Möglichkeiten zur [Programmergänzung](#)

Leistungen

- Übernachtung (Bettwäsche auf Wunsch für 5,00 € p. Person ausleihbar)
- Bitte eigene Handtücher mitbringen
- Vollverpflegung vom Anreisetag (Mittagessen) bis Abreisetag (Frühstück)
- im Programm aufgeführte Veranstaltungen
- Trinkflasche für die kostenlose Getränkeversorgung
- kostenloses WLAN
- Alle Programmleistungen finden in deutscher Sprache statt.

Eignung für Reisende mit Mobilitätseinschränkungen: Nein

Termine und Preise

11.08.2025 - 03.07.2026

im Querxenhäusel
im Bungalow (Mai -
Sept.)

247,00 €
223,00 €

17.08.2026 - 09.07.2027

im Querxenhäusel
im Bungalow (Mai -
Sept.)

267,00 €
243,00 €

01.11.2026 - 31.03.2027

im Querxenhäusel

213,60 €

KiEZ Querxenland gGmbH

Viebigstraße 1, 02782 Seifhennersdorf

Telefon: 0 35 86 / 4 51 10

E-Mail: info@querxenland.de