

Gemeinsam GUT DRAUF

5 Tage | Klasse 1-8 | ganzjährig buchbar



Mit dem GUT DRAUF-Gedanken sollen die Schüler gemeinsam erleben, wie sie ihrem Körper und Geist etwas Gutes tun und neue Kraft tanken können. Durch Elemente aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung lernen die Schüler sich zu erholen und sich dabei in der Gemeinschaft gegenseitig zu stärken. GUT DRAUF ist eine Initiative der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zur Förderung eines gesunden Lebensstils von Heranwachsenden.

Programm

- Hoch hinaus beim Bouldern (Dauer: 2 h)
- Spiel und Spaß auf unseren Sportplätzen (Dauer: 2 h)
- Tagesausflug: Bowling im Westpark Center Zittau & Besuch am Olbersdorfer See
- Fast Food – gesund, lecker und selbstgemacht (Dauer: 2 x 60 min/halbe Klasse)
- Keep cool – Entspannungsworkshop (Dauer: 2 x 60 min/halbe Klasse)
- GPS-Rallye oder Camp-Rallye (Dauer: ca. 90 min)
- Disco, Grillabend & Kino



Bezug zum Lehrplan:

Sachunterricht: Mein Körper und meine Gesundheit

Biologie: Stressbewältigung, Gesunderhaltung von Skelett und Muskulatur

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: Ja

Termine und Preise

11.08.2025 - 03.07.2026	im Querxenhäusel	252,00 €
	im Bungalow (ab Mai)	232,00 €
17.08.2026 - 09.07.2027	im Querxenhäusel	272,00 €
	im Bungalow (ab Mai)	252,00 €
01.11.2026 - 31.03.2027	im Querxenhäusel	217,60 €

KiEZ Querxenland gGmbH

Viebigstraße 1, 02782 Seifhennersdorf

Telefon: 0 35 86 / 4 51 10

E-Mail: info@querxenland.de