



# Four Forest

**AUSSERSCHULISCHE AKTIVITÄTEN  
BLOCK A  
25. AUGUST - 28. NOVEMBER 2025**

# INHALTSVERZEICHNIS

|              |                                                 |
|--------------|-------------------------------------------------|
| PAGE 3 -     | WARUM WIR AUSSERSCHULISCHE AKTIVITÄTEN ANBIETEN |
| PAGE 4 -     | ALLGEMEINE INFORMATIONEN                        |
| PAGE 5 -     | WICHTIGE ELTERN INFORMATIONEN                   |
| PAGE 6 & 7 - | WÖCHENTLICHE & JÄHRLICHE ÜBERSICHT              |
| PAGE 8 -     | CLUBÜBERSICHT                                   |
| PAGE 9 - 27  | CLUBDETAILS                                     |

# WARUM WIR AUSSERSCHULISCHE AKTIVITÄTEN ANBIETEN

Umfangreiche Forschung zeigt eine Korrelation zwischen den in SEL (Sozial-emotionales Lernen) Programmen vermittelten Fähigkeiten und schulischen Leistungen, positivem Verhalten und gesünderen Lebensentscheidungen. SEL-Programme helfen den Schülern, wesentliche Fähigkeiten wie Selbstwahrnehmung, Selbstmanagement, soziales Bewusstsein, Beziehungsfähigkeiten und verantwortungsbewusste Entscheidungsfindung zu entwickeln. Diese Fähigkeiten tragen zu verbesserten schulischen Leistungen, reduzierten Verhaltensproblemen und gesteigertem emotionalen Wohlbefinden bei. Die Teilnahme an außerschulischen Aktivitäten nach der Schule verstärkt das SEL-Lernen, indem den Schülern die Möglichkeit gegeben wird, diese Fähigkeiten in realen Situationen zu üben. Aktivitäten wie Sport, Kunst und Clubs fördern Teamarbeit, Empathie und Resilienz und verstärken die in den SEL-Programmen vermittelten Prinzipien. Durch die Teilnahme an diesen Aktivitäten haben die Schüler nicht nur Spass und finden neue Freunde, sondern lernen auch, soziale Situationen zu meistern, Stress zu bewältigen und Ziele zu setzen und zu erreichen. Dieser ganzheitliche Bildungsansatz stellt sicher, dass die Schüler sowohl akademisch als auch persönlich gut auf zukünftige Herausforderungen vorbereitet sind.

# ALLGEMEINE INFORMATIONEN

## Ausserschulische Aktivitäten

Wir freuen uns, eine neue Struktur für unsere ausserschulischen Aktivitäten anzukündigen, die darauf ausgelegt ist, die Teilnahme und Lernfähigkeit zu optimieren. Die Aktivitäten werden nun in 12-Wochen-Blöcken durchgeführt, sodass die Schüler sich vollständig in ihre gewählten Kurse vertiefen können, während sie die Flexibilität haben, im Laufe des Jahres neue Interessen zu erkunden.

## Warum die 12-Wochen-Blockstruktur?

Die kürzere, fokussierte Dauer unserer Blöcke fördert ein besseres Engagement und ermöglicht es den Schülern, ihre Interessen mit schulischen Verpflichtungen in Einklang zu bringen. Dieses Format bietet auch die Möglichkeit, im Laufe des Jahres eine Vielzahl von Aktivitäten zu erkunden.

## Hauptmerkmale des Programms

- **Begrenzte Plätze für verbessertes Lernen:** Jeder Kurs hat eine festgelegte Kapazität, um eine optimale Umgebung für alle Teilnehmer zu gewährleisten. Die Plätze werden nach dem Prinzip "Wer zuerst kommt, mahlt zuerst" vergeben.
- **12-Wochen-Verpflichtung:** Anmeldungen erfolgen nun pro 12-Wochen-Block, sodass Eltern und Schüler ihre Teilnahme in einem überschaubareren Zeitrahmen bewerten können.
- **Einstieg in der Mitte des Blocks:** Schüler können bei verfügbaren Plätzen auch während des Blocks einsteigen, was Flexibilität bei gleichzeitiger Gruppenbeständigkeit gewährleistet.
- **Von Experten geleitete Aktivitäten:** Alle Aktivitäten werden von Fachleuten geleitet, die auf ihrem jeweiligen Gebiet spezialisiert sind. Jeder Kurs wird von vertrauenswürdigen externen Unternehmen durchgeführt, die von Four-Forest sorgfältig ausgewählt wurden, um höchste Qualität und bereichernde Erfahrungen für unsere Schüler zu gewährleisten.

## Stornierungen und Rückerstattungen

Das Programm endet automatisch nach 12 Wochen, Abmeldungen sind nicht nötig. Vor dem Ende des 12-Wochen-Blocks wird ein neuer Zeitplan zur Anmeldung verschickt. Wenn Sie jedoch während des 12-Wochen-Blocks stornieren möchten, kontaktieren Sie uns bitte per E-Mail. Rückerstattungen sind für Abwesenheiten oder Abmeldungen nach Beginn des Blocks nicht möglich.

# WICHTIGE INFORMATIONEN

## **Mindestteilnehmerzahl für Clubs**

Alle aufgeführten Clubs erfordern eine Mindestteilnehmerzahl von 4 bis 6 Schülern, um durchgeführt zu werden. Wenn die Mindestanzahl nicht erreicht wird, findet der Club während des 12-Wochen-Blocks nicht statt.

## **Zusätzliche Gruppen**

Bei grossem Interesse an einem Club ist es möglich, eine zweite Gruppe hinzuzufügen. Bitte beachten Sie jedoch, dass die Unterrichtsstunden aufeinanderfolgend stattfinden würden.

## **Probewoche**

Die Startwoche der Aktivitäten dient als Probezeit. Während des 12-wöchigen Blocks finden keine weiteren Probezeiten für Block A statt.

## **Informationen zur Abholung durch Eltern**

Bitte stellen Sie sicher, dass Sie pünktlich zur Abholung Ihres Kindes erscheinen, wenn es an einer ausserschulischen Aktivität teilnimmt. Falls Sie sich verspäten, rufen Sie bitte vorher an. Wenn Ihr Kind nach Ende des Clubs nicht rechtzeitig abgeholt wird, wird es zur Betreuung geschickt, wo zusätzliche Gebühren anfallen. Die Schule schließt um 18:00 Uhr, daher ist es wichtig, dass alle Eltern vor dieser Zeit ankommen.

## **Wenn Ihr Kind sowohl an einer ausserschulischen Aktivität als auch an der Betreuung teilnimmt**

Falls Sie zusätzliche Betreuung für Ihr Kind vor oder nach der Aktivität benötigen, stellen Sie bitte sicher, dass es für die Betreuung angemeldet ist. Andernfalls wird es auf eine Liste für gelegentliche Teilnahme gesetzt und Gebühren fallen an. Zur Klarstellung: Wenn Ihr Kind bis 18:00 Uhr für die Betreuung angemeldet ist, aber an einem Club teilnimmt, der um 16:30 Uhr endet, werden Ihnen nur die Gebühren für die Betreuung ab 16:30 Uhr berechnet.

# WÖCHENTLICHER ZEITPLAN

| Tag        | ASA                  | Zeit          | Stufe                 | Personal                        |
|------------|----------------------|---------------|-----------------------|---------------------------------|
| Montag     | Hausaufgaben Club    | 15:30 – 16:30 | K1, K2 und K3         | Intern – Lehrer & Lehrassistent |
| Montag     | Playball             | 15:30 – 16:30 | Vorschule, 1.KG, 2.KG | Extern – Playball Kids          |
| Montag     | Theater Club         | 15:30 – 16:30 | 2.KG, K1, K2 & K3     | Extern – Masterplan             |
| Montag     | Cross Country        | 15:30 – 16:30 | K2, K3, K4, K5 und K6 | Intern – Bettina & Amelia       |
| Montag     | Digital Video Club   | 15:30 – 16:30 | K4, K5 und K6         | Extern – Masterplan             |
| Dienstag   | Hausaufgaben Club    | 15:30 – 16:30 | K1, K2 und K3         | Intern – Lehrer & Lehrassistent |
| Dienstag   | Lernzeit             | 15:30 – 16:30 | K4                    | 4.K Lehrer                      |
| Dienstag   | Lernzeit             | 16:00 – 16:30 | K5 & K6               | 5.K & 6.K Lehrer                |
| Dienstag   | Yoga 1               | 15:30 – 16:30 | Vorschule – K3        | Extern – Sunshine Yoga          |
| Dienstag   | Coding               | 15:30 – 16:30 | 1.KG – K1             | Extern – Masterplan             |
| Dienstag   | Kung-Fu              | 16:00 – 17:00 | K3 – K6               | Extern – Mein Tempel            |
| Dienstag   | Yoga 2               | 16:30 – 17:30 | K4, K5 und K6         | Extern – Sunshine Yoga          |
| Mittwoch   | Klavier              | 12:30 - 18:00 | 2.KG – K6             | Extern – Maral                  |
| Mittwoch   | Tanz Club 1          | 12:30 - 13:30 | K2, K3, K4, K5 und K6 | Extern – Masterplan             |
| Mittwoch   | Wissenschafts-Club 1 | 12:30 - 13:30 | K1, K2 und K3         | Extern – Masterplan             |
| Mittwoch   | Karate               | 13:30 - 14:30 | 1.KG, 2.KG, K1 & K2   | Extern – Masterplan             |
| Mittwoch   | Russisch Club 1      | 15:00 – 16:00 | Anfänger              | Extern – Luba Bakaleynik        |
| Mittwoch   | Russisch Club 2      | 16:00 – 17:30 | Fortgeschritten       | Extern – Luba Bakaleynik        |
| Donnerstag | Hausaufgaben-Club    | 15:30 – 16:30 | K1, K2 und K3         | Intern – Lehrer & Lehrassistent |
| Donnerstag | Lernzeit             | 15:30 – 16:30 | K4                    | 4.K Lehrer                      |
| Donnerstag | Lernzeit             | 16:00 – 16:30 | K5 & K6               | 5.K & 6.K Lehrer                |
| Donnerstag | Play Sport           | 15:30 – 16:30 | K1, K2, K3            | Extern – Playball               |
| Donnerstag | Kunst Club           | 15:30 – 16:30 | K1, K2, K3, K4        | Intern – Vanessa/Zaldia         |
| Donnerstag | Chinesisch Club 1    | 15:30 – 16:30 | Anfänger              | Little Mandarin                 |
| Donnerstag | Klavier              | 15:30 – 18:00 | 2.KG – K6             | Extern – Maral                  |
| Donnerstag | Gitarre              | 15:30 – 18:00 | 2.KG – K6             | Extern – Ruedi                  |
| Donnerstag | Wissenschafts-Club 2 | 16:00 – 17:00 | K4, K5 und K6         | Extern – Masterplan             |
| Donnerstag | Chinesisch Club 2    | 16:30 – 17:30 | Fortgeschrittene      | Little Manderin                 |
| Freitag    | Zukunftstechnologien | 15:30 – 16:30 | K2, K3, K4, K5 und K6 | Tech-Akademie                   |
| Freitag    | Tanz Club 2          | 15:30 – 16:30 | 1.KG, 2.KG & K1       | Extern – Masterplan             |

## TRIMESTER 1

## August

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

## Februar

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    |    | 1  |
| 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |    |

## September

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 |    |    |    |    |    |

## März

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    |    | 1  |
| 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 |    |    |    |    |    |

## Oktober

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |
| 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |

## TRIMESTER 3

## April

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |
| 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |    |

## November

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    | 1  | 2  |
| 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

## Mai

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
| 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

## TRIMESTER 2

## Dezember

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 |    |    |    |    |

## Juni

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 |    |    |    |    |    |

## Januar

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |

## Juli

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |

Grün = Wochenende, Ferien und Feiertage

Mariä Empfängnis 08.12.25 / Karfreitag 03.04.26 / Ostermontag 06.04.26 / Auffahrt 14.05. – 15.05.26 /  
 Pfingstmontag 25.05.26 / Fronleichnam 04.06. – 05.06.26 / Start Schule 2026 – Montag 17.08.26

# CLUBÜBERSICHT

## **KREATIVE CLUBS:**

- KUNST CLUB
- THEATER CLUB
- TANZ CLUB

## **SPORT CLUBS:**

- PLAYBALL
- PLAYSPORT
- KUNG FU
- CROSS COUNTRY
- KARATE
- YOGA

## **WISSENSCHAFT & TECHNOLOGIE CLUBS**

- DIGITAL VIDEO CLUB
- CODING
- ZUKUNFTSTECHNOLOGIEN
- WISSENSCHAFTS-CLUB

## **SPRACHCLUBS**

- RUSSISCH
- CHINESISCH

## **MUSIKCLUBS**

- KLAVIER
- GUITARRE

## **BILDUNGS UND AKADEMISCHE CLUBS**

- HAUSAUFGABEN CLUB
- LERNZEIT

Weitere Details zu den einzelnen Aktivitäten finden Sie auf den folgenden Seiten

# KUNST CLUB

In unserem Kunst Club bieten wir mehr als nur Spass – wir bieten eine lebendige Welt der Kreativität, der Entwicklung von Fähigkeiten und einer tiefen Liebe zur Kunst. Stellen Sie sich vor, Ihr Kind taucht in ein farbenfrohes Reich aus Formen und Texturen ein, in dem seine Fantasie aufsteigen kann! Von Malerei und Zeichnung bis hin zu Bildhauerei versuchen sich die Kinder in einer Vielzahl von künstlerischen Techniken und entdecken dabei ihre einzigartigen Talente und Leidenschaften. Begleiten Sie uns und beobachten Sie, wie sich die künstlerische Reise Ihres Kindes auf die unterhaltsamste und aufregendste Weise entfaltet!

**Wer:** 1. bis 4. Klasse

**Wann:** Donnerstag 15:30 - 16:30

**Kosten:** CHF 276



# THEATER CLUB

## Licht, Kamera, Fantasie!

Der Theater Club ist der perfekte Ort für jüngere Kinder, um Selbstvertrauen aufzubauen, Emotionen zu erforschen und sich auf kreative und spielerische Weise auszudrücken. Durch Rollenspiele, Bewegung und Geschichtenerzählen werden die Schüler zu Charakteren, kreieren Szenen und entwickeln ihre Auftrittsfähigkeiten. Der Club endet mit einer entzückenden kurzen Aufführung, bei der die Schüler die Bühne betreten – komplett mit Kostümen, grossen Persönlichkeiten und einem noch grösseren Lächeln! Kann keine Aufführung mit Publikum durchgeführt werden, wird den Eltern eine Aufnahme per E-Mail verschickt.

**Wer:** 2. Kindergarten bis 3. Klasse

**Wann:** Montag 15:30 - 16:30

**Kosten:** CHF 390



# TANZ CLUB

**Gruppe 1:** Dieser Club ist für ältere Tänzer, die ihre Fähigkeiten verbessern und aufregende Tanzstile wie Modern, Jazz und Hip-Hop ausprobieren möchten. Die Schüler lernen vollständige Abläufe und arbeiten als Team zusammen, während sie Kraft, Rhythmus und Selbstvertrauen aufbauen. Der Block endet mit einer energiegeladenen Performance, bei der die Tänzer die Bühne betreten und ihre Bewegungen vorführen dürfen – komplett mit ihrer eigenen choreografierten Routine und viel wohlverdientem Applaus! Kann keine Aufführung mit Publikum durchgeführt werden, wird den Eltern eine Aufnahme per E-Mail verschickt.

**Wer:** 2. bis 6. Klasse

**Wann:** Mittwoch 12:30 - 13:30

**Kosten:** CHF 390

**Gruppe 2:** Lasst uns bewegen, grooven und glänzen! In diesem fröhlichen Tanzclub entdecken jüngere Schüler die Magie der Bewegung durch einfallsreiche Choreografien, spielerische Bewegungen und peppige Musik. Jede Stunde hilft dabei, Koordination, Selbstvertrauen und Rhythmus in einer unterstützenden und energiegeladenen Atmosphäre aufzubauen. Am Ende des Blocks werden die Tänzer eine Gruppentanz voller Lächeln, Glanz und Persönlichkeit aufführen, die garantiert das gesamte Publikum zum Mitklatschen und Mittanzen bringt! Kann keine Aufführung mit Publikum durchgeführt werden, wird den Eltern eine Aufnahme per E-Mail verschickt.

**Wer:** 1. Kindergarten bis 1. Klasse

**Wann:** Freitag 15:30 - 16:30

**Kosten:** CHF 390



**Wer:** Vorschule bis 2. KG  
**Wann:** Montag 15:30 - 16:30  
**Kosten:** CHF 360  
**Coach:** Playball Instruktör

## Ein internationales Sport- und Bewegungsprogramm, das Kinder auf der ganzen Welt trainiert

### Vorschule & 1. Kindergarten

Konzipiert für 3 - 4 Jährige, um einen gesunden Lebensstil und eine Leidenschaft für Fitness von klein auf aktiv zu fördern. Mit Möglichkeiten sowohl im Innen- als auch im Aussenbereich vermittelt dieser Kurs sportliche Fähigkeiten und fördert gleichzeitig Koordination, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Fitness. Mit Blick auf eine breite Palette von sportlichen Aktivitäten, Teamarbeit und die Bedeutung eines positiven Lebensstils.

#### Lernergebnisse:

- Steigert das Selbstbewusstsein, die Unabhängigkeit, die Koordination, die Stabilität, das räumliche Bewusstsein und die Konzentration.
- Fördert die positive soziale Integration, die Zusammenarbeit, die Teamarbeit, den Respekt vor anderen Kindern und die Entscheidungsfähigkeit.
- Vermitteln Sie Ihrem Kind grundlegende Fähigkeiten, um den Grundstein für eine erfolgreiche Zukunft im Sport zu legen!



### 2. Kindergarten

Dieses Programm wurde speziell für Kinder im Alter von 4 bis 6 Jahren entwickelt und fördert aktiv einen gesunden Lebensstil und die Liebe zur Fitness von klein auf.

Dieser umfassende Kurs verbessert die Koordination, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Selbstvertrauen und allgemeine Fitness und sorgt gleichzeitig für ein positives, druckfreies Umfeld, das das Selbstvertrauen stärkt und das individuelle Wachstum unterstützt. Ziel ist es, Kinder auf ein Leben lang positiv und selbstbewusst am Sport zu erinnern.

#### Lernergebnisse:

- Entwickelt sportliche Fähigkeiten und Fitness
- Fördert Koordination und Beweglichkeit
- Baut Selbstvertrauen in einer unterhaltsamen Umgebung auf
- Fördert Teamwork und Disziplin
- Bereitet Kinder auf lebenslanges Sportvergnügen vor



## 3 x 12 Wochen Reise

**Das PlaySport Programm verfeinert die anspruchsvolleren Ballfertigkeiten für Sportarten, die in Schulen und Vereinen gemacht werden.**



### Trimester 1

21 Aug - 27 Nov

Block 1 konzentriert sich auf **BASKETBALL** und **BASEBALL**, in dem Schlüsselfertigkeiten wie Dribbeln, Werfen, Fangen und Schlagen vorgestellt werden. Lustige Spiele und Einfache Aktivitäten helfen bei der Koordination, Teamarbeit, und Selbstvertrauen auf dem Platz und auf dem Feld.

In Block 2 entdecken die Kinder **HANDBALL** und **HOCKEY**. Die Lektionen konzentrieren sich auf Pässe, Schüsse und Bewegungen mit dem Ball, während die Grundlagen des Teamspiels, des Angriffs und der Verteidigung in schnellen, fesselnden Spielen erlernt werden.

### Trimester 2

4 Dez - 26 Mär



### Trimester 3

2 Apr - 2 Jul

Block 3 beinhaltet **TENNIS** und **VOLLEYBALL** und entwickelt die Hand-Auge-Koordination, Ballwechsel, Aufschlag und grundlegende Positionierung auf dem Platz. Lustige Übungen und Minispiele fördern das Teamspiel und aktive Bewegung in einer unterstützenden Umgebung.

#### Die Schwerpunkte dieses Programms sind:

- Entwicklung von Fähigkeiten, die in einer Spielsituation benötigt werden
- Die Verfeinerung, wann, wo und wie man sich bei der Ausführung bewegt
- Die kontinuierliche Entwicklung von Fähigkeiten in Bezug auf "Richtung, Entfernung und Positionierung"
- Einführung in eine Mannschaft und Weiterentwicklung des Zusammenspiels
- Entwicklung der Entscheidungsfindung in einer Spielsituation
- Kleinfeld-Sportspiele spielen

# KUNG FU

**Kung Fu bedeutet, "durch Training, durch harte, fleissige und geduldige Arbeit etwas zu erreichen und eine Fertigkeit zu erwerben".**

Los geht's! Hier lernen die Kinder Tritte, Schläge, Kung Fu Formen, Selbstverteidigung, Körperbalance, Dehnübungen und Meditation. Kung Fu schult die Körperwahrnehmung, was den Kindern hilft, sich selbst besser kennenzulernen und Selbstvertrauen zu gewinnen. Bei den Übungen mit anderen Kindern lernen sie, Respekt vor anderen und sich selbst zu zeigen.

**Wer:** 3. bis 6. Klasse

**Wann:** Tuesday 16:00 - 17:00

**Kosten:** CHF 540

**Coach:** Jackey - Mein Tempel



# CROSS COUNTRY CLUB

Treten Sie dem Schul Cross Country Club bei und begeben Sie sich auf eine aufregende Reise voller Fitness, Freundschaft und Spass! Der Club richtet sich an Kinder aller Leistungsstufen und bietet wöchentliche Trainingseinheiten an, die sich auf den Aufbau von Ausdauer, Teamwork und die Liebe zum Laufen konzentrieren. Die Teilnehmer haben die Möglichkeit, an lokalen Cross-Country-Veranstaltungen teilzunehmen, bei denen sie ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen und unsere Schule mit Stolz repräsentieren können. Mit engagierten Trainern und einem unterstützenden Umfeld können die Schüler nicht nur ihr Laufen verbessern, sondern auch bleibende Erinnerungen und Freundschaften schließen. Melden Sie sich noch heute an und lassen Sie uns gemeinsam auf die Trails gehen!

**Wer:** 2. bis 6. Klasse

**Wann:** Montag 15:30 - 16:30

**Kosten:** CHF 300

**Coach:** Amelia & Bettina - Four Forest School



# KARATE CLUB

Förderung von Disziplin, Konzentration und respektvollem Umgang durch Kampfsport. Die Schüler erlernen Grundhaltungen, Bewegungsübungen, Kata-Übungen und Selbstkontrollübungen. Die unterhaltsamen und ansprechenden Kurse vermitteln grundlegende Selbstverteidigungsfähigkeiten, stärken das Selbstvertrauen und fördern die Disziplin, während sie Teamwork und Respekt lernen. Mit erfahrenen Instruktoren und einem unterstützenden Umfeld entwickeln die Schüler nicht nur körperliche Stärke, sondern auch wichtige Lebenskompetenzen.

**Wer:** 1. Kindergarten bis 2. Klasse

**Wann:** Mittwoch 13:30 - 14:30

**kosten:** CHF 390

**Coach:** Masterplan Instructor



# YOGA CLUB

Machen Sie sich bereit, sich mit unseren super Yoga-Kursen zu dehnen, zu atmen und zu entspannen! Yoga ist eine erstaunliche Möglichkeit, Körper und Geist zu stärken und sich überall fantastisch zu fühlen. Es ist ein Ort, an dem sanfte Bewegungen dich in einen flexiblen Superhelden verwandeln und Atemübungen deinen Geist wie von Zauberhand beruhigen. Du baust Kraft und Koordination auf und bleibst gesund und aktiv. Yoga ist nicht nur gut für deinen Körper – es hilft dir, deine Gefühle zu verstehen und zu managen, Stress in Schach zu halten und innere Ruhe zu bringen. Außerdem schärfen Achtsamkeitstechniken Ihren Fokus und machen Schule und tägliche Aufgaben zum Kinderspiel. Jeder Kurs ist eine unterhaltsame Reise, auf der du coole Posen meistern, Selbstvertrauen aufbauen und neue Freunde finden kannst, und das in einem unterstützenden, nicht wettbewerbsorientierten Raum. Bei Gruppensitzungen dreht sich alles um Teamwork und Empathie, sodass Sie viel Spass haben werden, mit anderen in Kontakt zu treten. Mach mit bei unserem Yoga-Abenteuer und entdecke die Kraft der Ruhe, Kraft und des Glücks!

**Wer:** Gruppe 1: Vorschule bis 3. Klasse

**Wann:** Montag 15:30 - 16:30

**Wer:** Gruppe 2: 4. bis 6. Klasse

**Wann:** Montag 16:30 - 17:30

**Kosten:** CHF 276

**Coach:** Andrea - Sunshine Yoga



# DIGITAL VIDEO CLUB

## Video Stars: Erstellen & Teilen!

In diesem Club trifft Kreativität auf Technologie! Angehende Regisseure, Redakteure und Vlogger lernen die Kunst des Geschichtenerzählens durch Videos. Die Schülerinnen und Schüler lernen alles kennen, von der Planung von Storyboards über das Filmen bis hin zur Bearbeitung mit anfängerfreundlichen Tools – und ja, wir lernen sogar die Grundlagen der Funktionsweise von YouTube kennen (natürlich sicher und verantwortungsbewusst!). Jedes Kind erstellt sein eigenes kurzes Video oder arbeitet gemeinsam an einem Gruppenprojekt. Das Semester endet mit einer Premiere auf dem roten Teppich, bei der die Schüler ihre Abschlussfilme einem jubelnden Publikum präsentieren. Egal, ob es sich um ein Anleitungsvideo, einen Sketch oder eine Mini-Dokumentation handelt, Ihr Kind wird echte digitale Medienfähigkeiten erlernen und dabei viel Spass haben. Kann keine Aufführung mit Publikum durchgeführt werden, wird den Eltern eine Aufnahme per E-Mail verschickt.

**Wer:** 4, 5 & 6 Klasse

**Wann:** Montag 15:30 - 16:30

**Kosten:** CHF 390

**Coach:** Masterplan Instructor



# CODING CLUB

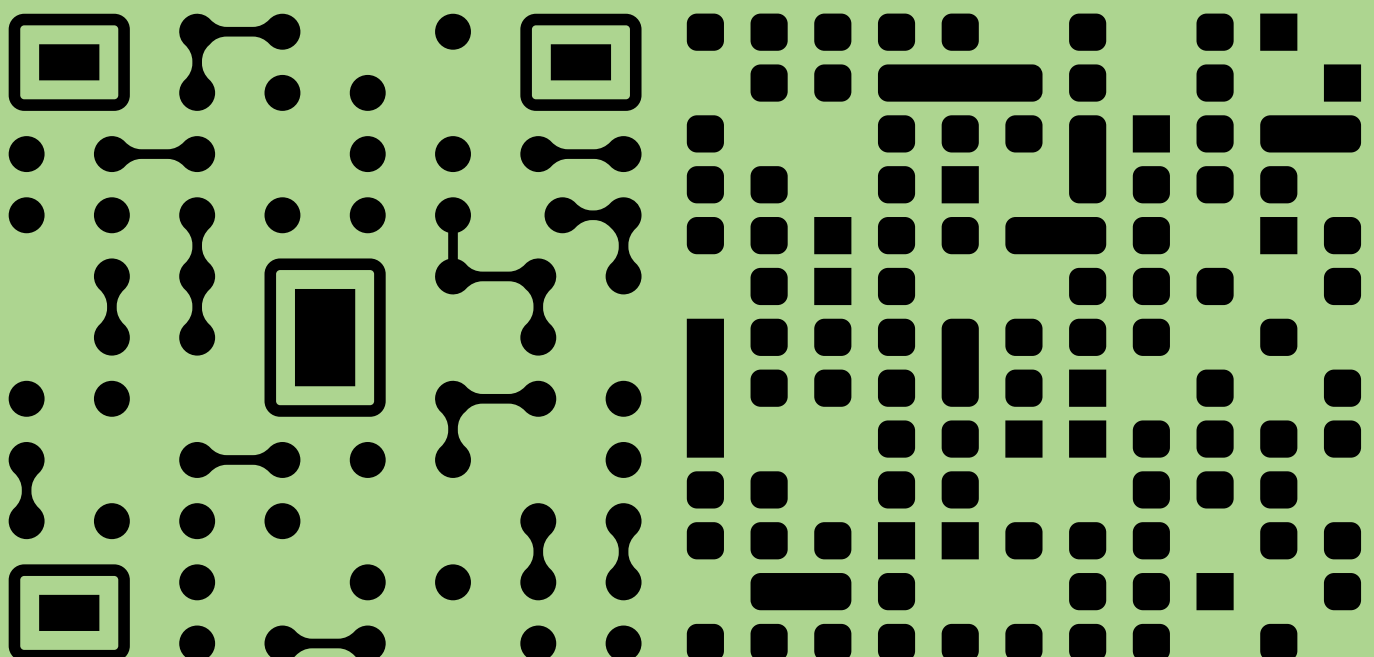
Willkommen in der wunderbaren Welt des Early Coding! In diesem unterhaltsamen und freundlichen Club werden unsere jüngsten Lernenden die Bausteine der Logik, Sequenzierung und Problemlösung mit altersgerechten, meist bildschirmfreien Tools erkunden. Durch Geschichtenerzählen, Spiele und praktische Aktivitäten werden die Schüler "wie Programmierer denken", ohne zu merken, dass sie grundlegende Fähigkeiten erlernen. Am Ende des Semesters werden sie ihre eigene interaktive digitale Geschichte oder ihr eigenes Spiel auf anfängerfreundlichen Plattformen erstellt haben. Eltern werden zu einem kleinen digitalen Showcase eingeladen, in dem diese angehenden Tech-Stars stolz zeigen können, was sie gebaut haben!

**Wer:** 1. Kindergarten bis 1. Klasse

**Wann:** Dienstag 15:30 - 16:30

**Kosten:** CHF 390

**Coach:** Masterplan Instructor



# ZUKUNFTSTECHNOLOGIEN

## **Zukunftstechnologien:** Entfesseln Sie Innovatoren

In 12 aufregenden Wochen tauchen die Clubmitglieder in praktische Lektionen zu künstlicher Intelligenz, Programmieren und Bauabenteuer mit Lego® Mindstorms EV3 ein.

Jede Woche stellen sich die Teilnehmer realen Herausforderungen, bringen Maschinen das "Denken" bei, bauen Prototypen und erwecken autonome Roboter mit Programmierkenntnissen zum Leben.

Angefangen bei der künstlichen Intelligenz, um es den Mitgliedern zu ermöglichen, sie in den Alltag und die Clubsitzungen zu integrieren.

## **Über das Klassenzimmer hinaus**

Wir haben ein oder zwei aufregende Exkursionen eingeplant, um die Neugier über das Klassenzimmer hinaus zu wecken (denken Sie an Besuche hinter den Kulissen in lokalen Tech-Labors und Designstudios!). Am Ende des Blocks beherrschen die Mitglieder die Kernprinzipien von KI, Codierung und Robotik und bauen gleichzeitig Vertrauen in Teamarbeit, kreative Problemlösung und zukunftsfähige Fähigkeiten auf. Sind Sie bereit, eine lebenslange Leidenschaft für Technologie zu entfachen?

**Wer:** 2. bis 6. Klasse

**Wann:** Freitag 15:30 - 16:30

**Kosten:** CHF 480 \*

**Coach:** Tech Academy Instructors

\* Hinweis: Für den Transport des Schulbusses zu und von geplanten Ausflügen wird eine geringe zusätzliche Gebühr erhoben. Dies wird allen Eltern vor dem Ausflug zusammen mit allen Details mitgeteilt.



# WISSENSCHAFTS-CLUB

## **Science Explorers 1: Jüngere Gruppe**

Machen Sie sich bereit! In diesem ansprechenden Wissenschaftsclub für jüngere Lernende experimentieren wir mit alltäglichen Materialien, um große Ideen auf unterhaltsame und praktische Weise zu erforschen. Von ausbrechenden Vulkanen über magische schwimmende Boote bis hin zu Regenbogen lernen Kinder, wie die Wissenschaft die Welt um sie herum erklärt. Der Club endet mit einer "Science Show & Tell", die von Masterplan-Instruktoren veranstaltet wird und bei der jedes Kind sein Lieblingsexperiment vor Eltern und Freunden vorführt und so seine Neugier und Entdeckungen feiert. Kann keine Aufführung mit Publikum durchgeführt werden, wird den Eltern eine Aufnahme per E-Mail verschickt.

**Wer:** 1. bis 3. Klasse

**Wann:** Mittwoch 12:30 - 13:30

**Kosten:** CHF 440

**Coach:** Masterplan Instructor

## **Science Explorers 2: Older Group**

Ältere Schülerinnen und Schüler tauchen durch spannende und manchmal brisante Experimente in Chemie, Physik und Biologie ein! Wir bauen Schaltkreise, testen chemische Reaktionen und tauschen uns mit den Schülerinnen und Schülern über ihre Interessen und mögliche Experimente aus, die dazu passen. Jede Sitzung verbindet Spaß mit echtem wissenschaftlichem Denken und ermutigt die Schüler, Fragen zu stellen und Probleme wie echte junge Wissenschaftler zu lösen. Das Semester endet mit einer Mini-Projektpräsentation, bei der die Schülerinnen und Schüler ihre coolsten Entdeckungen in einer interaktiven und informativen Präsentation teilen. Kann keine Präsentation mit Publikum durchgeführt werden, wird den Eltern eine Aufnahme per E-Mail verschickt.

**Wer:** 4 bis 6. Klasse

**Wann:** Donnerstag 16:00 - 17:00

**Kosten:** CHF 440

**Coach:** Masterplan Instructor

# RUSSISCH CLUB

Sind Sie bereit, sich auf ein super lustiges russisches Abenteuer einzulassen? In diesem Alter seid ihr wie Sprach-Superhelden, bereit, euch spannenderen Herausforderungen zu stellen. Unser Unterricht kombiniert Grammatik, Vokabeln und Konversationsübungen, um Sie im Handumdrehen zum Russischprofi zu machen!

Das Lernen wird dynamisch und angenehm sein!

Also, lass uns eintauchen und das Russischlernen zu einem unvergesslichen Abenteuer machen!

**Wer:** Gruppe 1: Anfänger

**Wann:** Mittwoch 15:00 - 16:00

**Kosten:** CHF 396

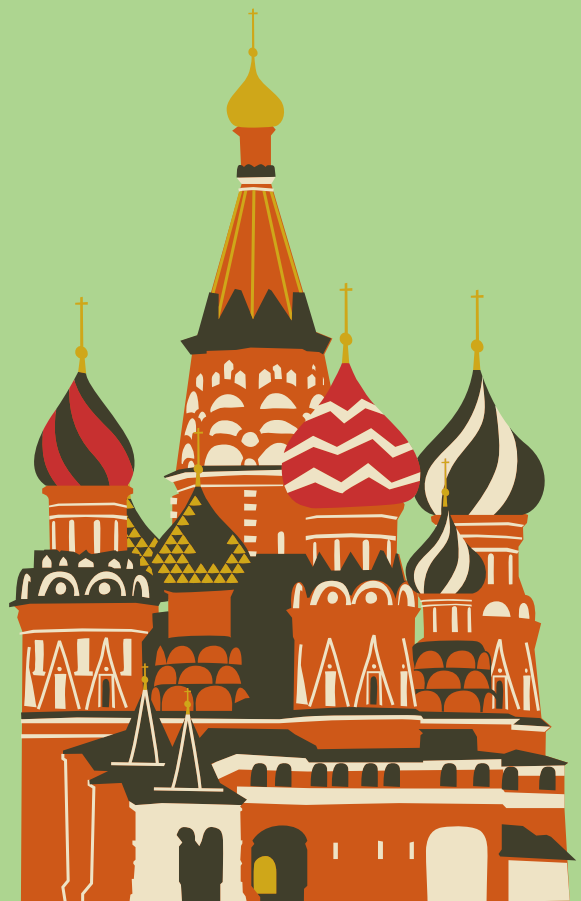
**Coach:** Liubou Bakaleynik

**Wer:** Gruppe 2: Fortgeschritten

**Wann:** Mittwoch 16:00 - 17:30 (1.5 Stunden)

**Kosten:** CHF 600

**Coach:** Liubou Bakaleynik



# CHINESISCH CLUB

Verschaffen Sie Ihrem Kind einen Vorsprung mit Mandarin-Chinesisch – einer der meistgesprochenen und einflussreichsten Sprachen der Welt.

Das frühe Erlernen von Mandarin hilft Kindern:

- Interkulturelles Bewusstsein aufbauen
- Stärken Sie kognitive und akademische Fähigkeiten
- Entwickeln Sie eine natürliche Aussprache und Sprachgewandtheit

Unser unterhaltsamer, altersgerechter Unterricht macht das Sprachenlernen sowohl effektiv als auch angenehm.

Treten Sie dem Chinese Club bei und öffnen Sie die Tür in eine globale Zukunft.

**Wer:** Gruppe 1: Anfänger

**Wann:** Donnerstag 15:30 - 16:30

**Wer:** Gruppe 2: Fortgeschritten

**Wann:** Donnerstag 16:30 - 17:30

**Kosten:** CHF 516 \*

**Coach:** Little Mandarin Teacher

\* Diese Kosten beinhalten die Gebühr für Lernmaterial

Sollte die Mindestteilnehmerzahl für einen Gruppenunterricht (mind. 4 Schüler) nicht erreicht werden, ist Privatunterricht zu etwas höheren Preisen möglich, entweder für 30 Minuten oder 1 Stunde.



# KLAVIER CLUB

## Klavierabenteuer für die Kleinen!

Ihr Kind liebt Musik und möchte Klavier spielen? Unser Spezialparcours ist für kleine Hände und große Fantasien konzipiert! Mit lustigen Spielen, eingängigen Liedern und sanfter Anleitung helfen wir Kindern, Schritt für Schritt Klavier zu lernen.

 30-minütiger Einzelunterricht, der auf das Tempo und die Interessen jedes Kindes zugeschnitten ist

 Erkunden Sie Musiknoten, Rhythmen und einfache Melodien mit viel Ermutigung

Bauen Sie Selbstvertrauen, Kreativität und eine lebenslange Liebe zur Musik in einer fröhlichen, freundlichen Umgebung auf  
Perfekt für Kinder, die gerade erst anfangen – machen wir jede Stunde zu einem musikalischen Abenteuer!

**Wer:** 2. Kindergarten bis 6. Klasse

**Wann:** Mittwoch 12:30 - 18:00 & Donnerstag 15:30 - 18:00 \*

**Kosten:** CHF 480

**Coach:** Maral Verbol

\*Der Koordinator für Aktivitäten und Abläufe stellt den Stundenplan zusammen. Mit dem Ziel, jedem Schüler das beste Zeitfenster zu bieten.



# GITARRE CLUB

Entfesseln Sie das musikalische Potenzial Ihres Kindes mit unserem unterhaltsamen und fesselnden Gitarrenunterricht! In einer freundlichen und unterstützenden Umgebung, in der junge Lernende ihre Kreativität entdecken, grundlegende Fähigkeiten entwickeln und Selbstvertrauen aufbauen können. Egal, ob sie ihren ersten Akkord anschlagen oder ihren Lieblingssong perfektionieren, die maßgeschneiderten 30-minütigen Lektionen machen das Erlernen der Gitarre zu einem aufregenden Abenteuer. Melden Sie sich noch heute an und lassen Sie die Musik beginnen

**Wer:** 2. Kindergarten bis 6. Klasse

**Wann:** Donnerstag 15:30 - 17:30

**Kosten:** CHF 456

**Coach:** Ruedi Leu

\*Der Koordinator für Aktivitäten und Abläufe stellt den Stundenplan zusammen. Mit dem Ziel, jedem Schüler das beste Zeitfenster zu bieten.



# HAUSAUFGABEN CLUB UND LERNZEIT

Unsere Hausaufgabe Club und Lernzeit bieten den Schülerinnen und Schülern akademische Unterstützung, ein strukturiertes Lernumfeld und die Grundlage für positive Lerngewohnheiten. Sie bieten einen ruhigen, organisierten Raum für konzentriertes Lernen, der es den Studenten ermöglicht, ihre Zeit effektiv zu verwalten und starke Lernpraktiken zu kultivieren.

Durch die Förderung des kollaborativen Lernens und der Unterstützung durch Gleichaltrige können die Schüler Wissen austauschen und sich gegenseitig helfen, was ihr Selbstvertrauen und ihre schulischen Leistungen stärkt. Die betreuten Sitzungen sind nicht 1:1, sondern werden von einem Lehrer und einem \*Lehrerassistenten beaufsichtigt, um sicherzustellen, dass die Schüler den Überblick über ihre Hausaufgaben behalten und in einer unterstützenden und angeleiteten Umgebung lernen.

**Wer:** 1. bis 3. Klasse (Die Schüler arbeiten in der 30-minütige Sitzung zusammen)

**Wann:** Montag, Dienstag & Donnerstag 15:30 - 16:00

**Kosten:** Frei

**Coach:** Ein Lehrer und \*Lehrerassistent

**Wer:** 4. Klasse

**Wann:** Dienstag & Donnerstag 15:30 - 16:30

**Kosten:** Frei

**Coach:** 4. Klasse Lehrer

**Wer:** 5. bis 6. Klasse

**Wann:** Dienstag & Donnerstag 16:00 - 16:30

**Kosten:** Frei

**Coach:** 5. & 6. Klasse Lehrer

