



## Hort Windisch

### «Mach mit, bleib fit!» Eine Sportwoche in der Turnhalle

Liebe Eltern

Wir verbringen in diesem Ferienplausch eine unvergessliche Woche in der Turnhalle und machen den ersten Schritt in die Welt verschiedener Sportarten. Zeige deine Kraft sowie Ausdauer und stelle deine Geschicklichkeit unter Beweis. Mach mit und bleib fit!



**MACH MIT  
BLEIB FIT!**

## Programm

**Montag  
10.02.**

### Schwingen

Heute lernen wir den Schweizer Traditionssport Schwingen kennen. Lerne im Schwingklub Brugg wie schwingen geht und werfe deinen Gegner im Sägemehl Kreis auf den Rücken.



### Tanzen

Lerne von einer Tanzlehrerin coole Tanzbewegungen.

**Dienstag  
11.02.**



Egal ob Hip Hop oder Breakdance, es hat für alle etwas tanzbares dabei!

**Mittwoch  
12.02.**

### Ninja Warrior

Überwinde die vielen trickreichen Hindernisparcours und stelle deine Kraft und Ausdauer unter Beweis. Wer wird am Schluss zum Ninja Warrior gekürt?

**Donnerstag  
13.02.**

### Karate

Heute zeigt uns eine Schwarzgurt Karatelehrerin woher Karate kommt, was man im Karatetraining alles lernt und wie verschiedenen Karatetechniken richtig angewendet werden.



**Freitag  
14.02.**

### Rugby

Beim Rugby treten zwei Teams gegeneinander an und versuchen den Rugby über die Linie zu bringen. Der Rugbyklub Würenlos zeigt uns, wie Rugby gespielt wird und gibt uns Tipps und Tricks.



## Anmeldung

Die Anmeldung für den Ferienplausch erfolgt ausschliesslich über unsere Homepage:  
[www.chinderhuus-simsala.ch/anmeldung](http://www.chinderhuus-simsala.ch/anmeldung)

**Anmeldeschluss ist der 20.01.2020**

## Kontakt

Für Fragen zum Programm stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

**Windisch** Chinderhuus Simsala  
Postfach 60 • Zürcherstrasse 262  
5210 Windisch  
T +41 (0)56 442 31 10  
[windisch@chinderhuus-simsala.ch](mailto:windisch@chinderhuus-simsala.ch)

**Brugg** Chinderhuus Simsala  
Storchengasse 6 • Postfach 60  
5200 Brugg  
T +41 (0)56 544 59 20  
[brugg@chinderhuus-simsala.ch](mailto:brugg@chinderhuus-simsala.ch)