



Sille- Aktuell: Rückenschule und Fitness-AG

Ab 4. November 2009

Liebe Schüler und Eltern,

hier kommen Neuigkeiten zu unserer **Rückenschule** und **Fitness-AG** im Winterhalbjahr. Die Leichtathletik-AG wird wieder nach den Osterferien in der JohArena „weiterlaufen“!

1. Rückenschule:

- Die Rückenschule findet an 6 Terminen mittwochs von 15.30 Uhr bis 17 Uhr statt.
- Wir treffen uns für die Rückenschule in der Mensa.
- Leiterin der Rückenschule ist Frau Monica Schales, ausgebildete Rückenschullehrerin und Physiotherapeutin.
- Mitzubringen sind normale Sportsachen. Alle Materialien werden vom Silentium gestellt.
- Die Kosten für die Rückenschule werden vom Silentium übernommen.
- Ziel der Rückenschule ist es, Haltungsschäden vorzubeugen und zu beheben.

2. Fitness-AG:

- Die Ziele der Rückenschule werden anschließend mittwochs in der Fitness-AG weitergeführt.
- Die Fitness-AG findet ebenfalls mittwochs von 15.30 Uhr bis 17 Uhr statt.
- Treffpunkt für die Fitness-AG ist die Mensa.
- Leiter der Fitness-AG ist Herr Bernd Dörrenbächer, Sportlehrer an unserer Schule.
- Mitzubringen sind normale Sportsachen.
- Die Kosten für die Fitness-AG werden vom Silentium getragen.

3. Anmeldung:

- Anmeldungen bitte im Büro des Silentiums (06841-172080 / silentium-mail@gmx.de) bzw. bei Herrn Schales oder Herrn Dörrenbächer.
- Der erste Termin ist am Mittwoch, 4. November 2009

Mit herbstlichen Grüßen aus dem Silentium!

Oliver Schales