

FREIWILLIGER SCHULSPORT

Schuljahr 2025/26 – 2. Semester



Schule Willisau

Der freiwillige Schulsport geht in die zweite Runde! Nachdem wir im ersten Semester mit einem kleinen freiwilligen Schulsportangebot starten konnten, freuen wir uns, euch im zweiten Semester ein erweitertes und abwechslungsreiches Programm anbieten zu können.

Angebote

Flag Football

- Zielgruppe: 5. Klasse – 3. Oberstufe
- Zeit: Montag, 12.20 – 13.05 Uhr
- Informationen zur Sportart siehe Rückseite

Selbstverteidigung/Kickboxen

- Zielgruppe: JG 2016 – 3. Oberstufe
- Zeit: Montag, 16.30 – 17.15 Uhr

Polysport

- Zielgruppe: JG 2017 – 2021
- Zeit: Dienstag, 14.00 - 14.45 Uhr

Ultimate (Frisbee)

- Zielgruppe: JG 2017 – 2021
- Zeit: Freitag, 15.30 – 16.15 Uhr



Tennis

- Zielgruppe: JG 2017 – 2019
- Zeit: Mittwoch, 11.50 – 12.35 Uhr

Tennis

- Zielgruppe: JG 2016 – 3. Oberstufe
- Zeit: Mittwoch, 12.35 – 13.20 Uhr

→ Tennisschläger und Bälle werden zur Verfügung gestellt

Anmeldung:

Die Anmeldung für die Angebote im 2. Semester ist bis am 9. Januar 2026 möglich.

Wichtig: Kinder, welche bereits im ersten Semester an freiwilligen Schulsport-Angeboten teilgenommen haben, müssen sich für das zweite Semester wieder neu anmelden.

Wir freuen uns auf viele motivierte Teilnehmende, die mit Freude, Begeisterung und Neugier dabei sind!

Weitere Informationen und Auskünfte:

Bei Fragen rund um das Angebot oder zur Anmeldung stehen wir gerne zur Verfügung:

- Seitens Sportzentrum: Simone Murer
✉ simone.murer@willisau.ch | ☎ 041 972 60 14
- Seitens Schule Willisau: Corinne Felber
✉ corinne.felber@vwil.ch | ☎ 077 501 04 83

Anmeldung:

Anmeldeformular
freiwilliger
Schulsport



schule-willisau.ch/
Informationen/
Freiwilliger Schulsport

Viel Freude an der Bewegung!



Flag Football einfach erklärt

Kurz gesagt: Flag Football ist eine sanftere, kontaktarme Variante von American Football – schnell, taktisch und leicht zu lernen. Ideal für Beginnerinnen und Beginner!

- Ziel des Spiels: Den Ball in die Endzone des gegnerischen Teams bringen und Punkte erzielen – ähnlich wie beim American Football.
- Der grosse Unterschied: Statt den Gegner zu Boden zu tackeln, wird eine Flagge (ein kleines Band), die an einem Gürtel der Spielerinnen und Spieler hängt, abgezogen, um den Spielzug zu stoppen
- Teams: Meist 5 gegen 5 oder 7 gegen 7.
- Ausrüstung: Keine Helme oder Schulterschützer – nur Gürtel mit zwei seitlichen Flaggen.

Warum Flag Football so beliebt ist:

- Sicherer als American Football, da kaum Körperkontakt.
- Einsteigerfreundlich, da die Grundregeln schnell verstanden sind.
- Schnell und dynamisch, macht sowohl beim Spielen als auch Zuschauen Spass.
- Für alle Altersklassen geeignet.



Erklärungsvideo:
Was ist Flag Football?
Einstieg in eine neue Sportart.