# Bayerns Grundschüler sind fit

## Spiel, Spaß und Sport in der Sport-Jugendherberge

Herzlich willkommen in der Sport|Jugendherberge Mühldorf a. Inn. Die nur wenige Minuten vom Stadtzentrum entfernt gelegene Jugendherberge wurde im Frühjahr 2018 zur Sport|Jugendherberge zertifiziert. Das Haus ist ideal geeignet für sportlich orientierte Gäste. Es gibt 2 Kicker, Indoor und Outdoor Tischtennis, Outdoor Arena, 3-fach Großfeld-Trampolin-Anlage, Niedrigseilgarten, eigenen Soccerpark, Bolzplatz, Basketball, Volleyballplatz, Streetbasketball, Bocciabahn, Federball sowie Pfeil und Bogen für Kinder und Jugendliche. Weiterhin bietet die Unterkunft einen Discoraum, Spielzimmer, Gästeküche, Lagerfeuerplatz, Spielwiesen, Grillplatz sowie mehrere Gruppenräume und Brettspiele zum Verleih.

**Freue dich auf unser aktives Angebot für Ihre Klassenreise:**

Teambuilding und Fitness stehen während der Aktivtage in der Sport-Jugendherberge Mühldorf am Inn im Mittelpunkt.

### 1. TAG: ANREISE, LERNWERKSTATT & TRAININGSEINHEIT

Nach der Anreise am Vormittag beziehen die Schüler*innen ihre Zimmer und starten mit einem warmem Mittagessen.

Am Nachmittag des Anreisetages erwartet die Klasse eine spannende Lernwerkstatt, in der wir gemeinsam herausfinden, warum wir in der Gruppe stärker sind.

Das warme Abendessen wird um 18:00 Uhr eingenommen.

Nach der Stärkung bei dem Abendessen wird aber nicht gerastet, sondern es geht noch einmal auf zu einer kurzen Trainingseinheit.

### 2. TAG: NATURERLEBNISWEG & ENTSPANNUNGSÜBUNGEN

An Tag zwei startet die Klasse gemeinsam mit dem Förster zum Naturerlebnisweg an den Innauen, der viele spannende Stationen bereithält.

Das Mittagessen bereiten alle gemeinsam am Lagerfeuer zu.

Nach der Rückwanderung gibt es noch ein paar Entspannungsübungen.

### 3. TAG: RÜCKENÜBUNGEN, MINIGOLF & NACHTWANDERUNG

Am Vormittag des dritten Tages lernen die Schüler*innen einige Rückenübungen kennen, die sie ganz einfach im Alltag einsetzen können. Gemeinsam mit der Lehrkraft wird ausprobiert, wie kurze Lockerungsübungen im Unterricht eingesetzt werden können.

Der Nachmittag steht dann zur freien Verfügung.

Nach dem Abendessen wird die Klasse noch einmal aktiv und spielt gemeinsam Minigolf. Im Anschluss gibt es noch eine kleine Nachtwanderung.

### 4. TAG: SPIELE-OLYMPIADE & KOCHWERKSTATT

Gut gestärkt und frisch startet der Tag mit der Spiele-Olympiade. Die Schüler*innen dürfen sich an verschiedenen Stationen ausprobieren.

Nachmittags geht es dann gemeinsam in die Kochwerkstatt und es werden schnelle, einfache aber gesunde Gerichte zubereitet und gemeinsam verköstigt.

Danach treffen sich alle noch zu einer kleinen sportlichen Einheit.

### 5. TAG: PREISVERLEIHUNG & ABREISE

Die Heimreise erfolgt am fünften Tag nach dem Frühstück und einer Preisverleihung für die jungen Sportler*innen.

## Leistungen

- 4 Übernachtungen mit Vollpension,
  Frühstücksbuffet, Mittagessen / Lunchpaket, Abendessen,
  Bio-Komponenten bei allen Mahlzeiten,
  Bettwäsche inklusive
- Spiele-Olympiade inkl. Bogenschießen (ca. 3-4 h),
  Kochwerkstatt (ca. 3 h),
  Minigolf mit Nachtwanderung (ca. 2,5 - 3 h),
  Naturerlebnisweg Innauen (ca. 4,5 - 6 h),
  Rückenschule (ca. 1,5 - 2 h),
  Lehrwerkstatt: Gemeinsam sind wir stark (ca. 2,5 h),
  Entspannungstraining

## Termine & Preise

11. 03. 2024 - 25. 10. 2024

- **4 Übernachtungen mit Vollpension,**
  Bett / en im Mehrbettzimmer
  199,00 € pro Person

## Teilnehmerzahl

Keine Mindestteilnehmerzahl

## KOMPETENZ- & GEGENSTANDSBEREICHE AUS LEHRPLANPLUS

fachübergreifend:
• Soziales Lernen
• Gesundheitsförderung

Sport:
• Gesundheit und Fitness
• Fairness, Kooperation & Selbstkompetenz

## UNTERRICHTSIMPULS ZUR NACHBEREITUNG

Die Impulse zur Vor- und Nachbereitung sind Vorschläge für eine engere Verknüpfung deiner Lehrplan-Inhalte mit den Jugendherbergsprogrammen. Du kannst unsere Angebote aber auch ohne spezielle Vorbereitung nutzen und mit deiner Klasse den außerschulischen Lernort Jugendherberge entdecken und bei uns Gemeinschaft erleben.

Erstelle nach der Schülerfahrt ein Buch mit den Erlebnissen der Klasse. Die Kinder verfassen kurze Geschichten über ihre sportlichen Erlebnisse und beschreiben die ausprobierten Sportarten und Übungen. Gestalte gemeinsam ein schönes Cover mit einem tollen Foto, das Sportsgeist und Spaß ausdrückt. So können die Schüler*innen nach ihrem Aufenthalt immer wieder Übungen nachmachen oder nachschlagen.

## KOMPETENZ- & GEGENSTANDSBEREICHE AUS LEHRPLANPLUS

fächerübergreifend:
• Verkehrserziehung

Werken und Gestalten:
• Gestaltungselemente und -prinzipien

## INFORMATION ZU DEN BAUSTEINEN

Alle Bausteine dieses Programms sind nach den Wünschen der Lehrkräfte und in Absprache mit der Jugendherberge austauschbar und betreut. Zusätzlich werden bei schlechtem Wetter mit Absprache der Lehrkräfte noch mögliche Alternativen angeboten.

## ALLGEMEINE HINWEISE

Die angegebenen Preise sind für Gruppen ab 15 Personen berechnet.

Das Programm ist für kleinere oder größere Gruppen auf Anfrage möglich. Der Reisepreis wird anhand der Gruppengröße berechnet. Bitte wende dich für weitere Informationen an das Team der Jugendherberge.

Verlängerungstage auf Anfrage möglich. Bei Bedarf ist eine Anpassung des Programms möglich.
Die An- und Rückreise per Bus kann auf Wunsch von der Jugendherberge organisiert werden.

Auf Wunsch bieten wir einen gratis Gepäckshuttle ab Bahnhof Mühldorf an. Bitte um vorherige Anmeldung.

Programmablauf vorbehaltlich Änderungen.

Die geannten Programmpunkte sind exklusiv für Ihre Gruppe.

Der Check-In ist ab 10:00 Uhr möglich. Check-Out ist bis spätestens 09:30 Uhr.

Das Angebot ist für Gäste mit eingeschränkter Mobilität bedingt geeignet. Bitte wende dich für weitere Informationen an das Team der Jugendherberge.

Onlineversion des Angebots: www.jugendherberge.de/reisen/kl3542

### Information & Buchung:

Jugendherberge Mühldorf a. Inn,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 19
84453 Mühldorf a. Inn

+49 8631 7370
jugendherberge@muehldorf.de

### Reiseveranstalter:

Stadt Mühldorf
Stadtplatz 21
84453 Mühldorf

+49 8631 612-0
stadtverwaltung@muehldorf.de