

Topfit? Na klar! (5 Tage)

Mit Spaß & Spiel rundum gesund!

5-Tage-Aufenthalt für das 3. bis 6. Schuljahr, ganzjährig buchbar.

GS-Lehrplan unterstützend:

Bereich: Natur und Leben

Schwerpunkt: Körper, Sinne, Ernährung und Gesundheit

- Gesunde Snacks kennenlernen
- Bewegungsspiele

Weitere Elemente des 5-Tage-Aufenthalts

- Tanzchoreografie
- Buffet der Köstlichkeiten

Fitness zahlt sich aus – wer fit ist, ist auch leistungsfähiger. Bei diesem Programm entdecken die Schüler, dass ausgewogene Ernährung und gezielte Bewegung für bessere körperliche und mentale Leistungsfähigkeit sorgen.

Betreuung durch Referenten der Jugendherberge.

3 TAGE:

Alles fit? – Spielerische Einstiegsrunde. Coole Snacks – Naschen mit Köpfchen! – Gesunde Ernährung ist Basis für körperliche Fitness. Aber: Kann Naschen gesund sein? Wenn ja, wie? Hier lernen die Kids spielend leicht, gesunde Snacks mit kreativen Rezepten selbst zuzubereiten. Jetzt geht's rund! – Auf einem Parcours mit unterschiedlichen Aufgaben testen die Schüler aktiv ihren persönlichen Fitnesszustand. Im Vordergrund stehen dabei die eigene Kondition und die Überlegung: Wie kann ich fitter werden?

5-TAGE-PLUS:

Beim Einüben einer Tanzchoreografie kommt die Gruppe richtig in Bewegung. Auf einem Streifzug durch den Hardter Wald lernen die Kids die Vielfalt des Waldes kennen. Für das Buffet der Köstlichkeiten werden beliebte Klassiker so aufbereitet, dass sie die Fitness unterstützen können.

ZUBUCHBARE PROGRAMMBAUSTEINE:

Discoabend

Discoraum mit einfacher Ausstattung, Musik und Lichtenanlage

Outdoor-Abend

Feuerstelle, Feuerholz, Liederbuch, Stockbrotbacken

ALLGEMEINE HINWEISE

Die Reise ist für mobilitätseingeschränkte Personen allgemein nicht geeignet, wir machen es gerne möglich, dass Menschen mit Mobilitätseinschränkungen teilnehmen können, -bitte sprechen Sie uns für weitere Infos an. Sprechen Sie uns auch an, wenn Sie aus dem Ausland anreisen (für Infos zu den Einreisebestimmungen). Die Leistungen werden in der Gruppe erbracht. Die Gruppengröße entspricht der Größe der jeweiligen Klasse.

Die JH liegt im Verkehrsverbund VRR

Auf Wunsch vermitteln wir Ihnen für die An- und Abreise eine zuverlässige Busgesellschaft

Onlineversion des Angebots: www.jugendherberge.de/reisen/kl985

Leistungen

- ✓ Unterkunft, Vollpension, Bettwäsche
- ✓ die jeweils beschriebenen Programmleistungen sowie Reisesicherungsschein
- ✓ Lehrer / -innen bzw. begleitende Personen erhalten von November bis März garantiert zwei Leiterzimmer je Gruppe ab 20 Personen, sonst nach Verfügbarkeit

Anreise am ersten Tag zum Mittagessen,
Abreise am letzten Tag nach dem Frühstück

Termine & Preise

12. 10. 2020 – 31. 10. 2020

- 👉 **4 Übernachtungen mit Vollpension,**
Bett / en im Mehrbettzimmer mit
Waschgelegenheit
168,00 € pro Person

01. 01. 2021 – 14. 02. 2021

29. 11. 2021 – 31. 12. 2021

- 👉 **4 Übernachtungen mit Vollpension,**
Bett / en im Mehrbettzimmer mit
Waschgelegenheit
156,00 € pro Person

15. 02. 2021 – 22. 08. 2021

11. 10. 2021 – 28. 11. 2021

- 👉 **4 Übernachtungen mit Vollpension,**
Bett / en im Mehrbettzimmer mit
Waschgelegenheit
175,00 € pro Person

23. 08. 2021 – 10. 10. 2021

- 👉 **4 Übernachtungen mit Vollpension,**
Bett / en im Mehrbettzimmer mit
Waschgelegenheit
183,00 € pro Person

Teilnehmerzahl

Mindestens 20 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.

Information & Buchung:

Jugendherberge Mönchengladbach-Hardter Wald,
Brahmsstr. 156
41169 Mönchengladbach

☎ +49 2161 56090-0
✉ moenchengladbach@jugendherberge.de

Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Rheinland e.V.
Düsseldorfer Str. 1a
40545 Düsseldorf

☎ +49 211 30263026
✉ service@djh-rheinland.de