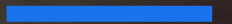


A low-angle, close-up shot of a person's legs and feet while running on a track. The runner is wearing dark-colored sneakers with a prominent yellow sole. The background is heavily blurred with horizontal streaks, suggesting high speed. A bright sun is visible on the left side of the frame, creating a strong lens flare and illuminating the scene. The overall color palette is warm, dominated by yellows and oranges from the sunlight.

Sportwissenschaften in der Einführungsphase



Praktische Inhalte in der EF



„Ausdauernd zum Erfolg“ – Trainingsplanung



„Tanz dich fit“ – Fitnessstanz



„Menschen als Kunstwerk“ – Akrobatik



„Doppelt erfolgreich“ – Badminton



„Gib mir das Ei“ – Flagfootball



„Unser Fünfkampf“ – Leichtathletik + 5000m Lauf

Sport – schriftlich

*Interesse am
Sport
Leistungskurs?*

- 1 x Klausur pro Halbjahr (50% der Note)
- Empfohlen für alle die sich für den Sportleistungskurs interessieren.

Themen: z.B.:

- Sportliche Leistungsfähigkeit
- Ausdauer: Methoden, Formen, Anpassungsprozesse
- Trainingssteuerung
- Sportsportmodelle

