

Königscamp Jungschwingerlager - Wochenplanung (1 und 2) J+S-Lager

		1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag
08.00	Frühstück		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
10.30	Besammlung/ Begrüssung/ Einleitung	Abfahrt: Ankunft:				
09.15 - 11.15	Schwingen & Schulsport in zwei Gruppen a ca. 40, anschl. Autogrammstunde (Mittags wird gewechselt)	• Check-In / Material und Zimmerbezug • Begrüssung • Standortbestimmung • Gemeinsame Ziele definieren	J+S-Aktivität (Schwingen & Schulsport)	J+S-Aktivität (Schwingen & Schulsport)	J+S-Aktivität (Schwingen & Schulsport)	09.00 - 11.00 Seilziehen geleitet von Trainern vom Seilziehclub Mosnang Teamgeist, Kameradschaft
12.00 - 13.00	Mittagessen	Mittagessen (11.30 - 12.15)	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen (11.30-12.15)
13.15 - 15.15	Schwingen & Schulsport in zwei Gruppen a ca. 40	13.00 - 17.15 J+S-Aktivität (Schwingen & Schulsport)	J+S-Aktivität (Schwingen & Schulsport)	J+S-Aktivität (Schwingen & Schulsport)	J+S-Aktivität (Schwingen & Schulsport)	Ende/Abreise: 12:30
16.30 - 18.00	Praxis oder Freizeitgestaltung	Einrichten	Freie Zeit	Freie Zeit & Organisation Schwingfest	Freie Zeit & Organisation Schwingfest	
18.00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen (17.30)	
gefolgt von	Leiter/-innen-Rapport					
19.20 - 20.20	Rahmenprogramm	Spieleabend geführt durch Leiterteam	z.B. Referat oder Gruppenarbeiten rund ums Thema Schwingsport	Grillplausch Gamsalp (1'770m) mit gemeinsamer Abend-Wanderung	18.30 - 21.30 Schwingfest (organisiert durch die älteren Jahrgangsteilnehmer)	
22.00	Nachtruhe	21.00 Handy-Abgabe, 21.30 Zimmer	21.00 Handy-Abgabe, 21.30 Zimmer	21.00 Handy-Abgabe, 21.30 Zimmer	21.00 Handy-Abgabe, 21.30 Zimmer	

Aktivitäten-dauer Pro J+S-Lagertag sind **mindestens zwei Einheiten J+S-Aktivitäten** durchzuführen; je eine am Vormittag und/oder am Nachmittag und/oder am Abend. Insgesamt müssen die J+S-Aktivitäten mindestens vier Stunden pro Tag dauern.

Erster und letzter Lagertag Der erste und der letzte Lagertag gelten zusammen als ein Lagertag, wenn an diesen beiden Tagen zusammen mindestens vier Stunden Trainings durchgeführt werden.

J+S Aktivitäten Markieren Sie die J+S-Aktivitäten rot und geben Sie an, welche Aktivitäten spezifisch durchgeführt werden.

Mahlzeiten Markieren Sie Pausen und Mahlzeiten grau.