

Lernen von Praxis-Experten

Praktische Erfahrungen sammeln, die Theorie mit der Praxis verknüpfen und von Praxis-Experten lernen. Das sind die Ziele der Kooperation mit dem Lippstädter Fitness-Studio Energeticum.

Während der 3-jährigen schulischen Ausbildung gibt es bis zu fünf gemeinsame Projekte:

1. Zum Anfang der 11: Gesundheitsorientierung im Fitness-Sport – 10 Tage praktische Selbsterfahrungen rund um Krafttraining, Beweglichkeit und Kursangeboten.
2. Im 1. Halbjahr der 12: Diagnostik als Instrument der Trainingsplanung und Trainingssteuerung – Fitness-, Ausdauer- und Muskelfunktionstest in der Fremd- und Eigenanwendung
3. In der 12.2: „Typisch Frau – Typisch Mann“ – Eine Betrachtung der Körperlichkeit im Sport.
4. Am Anfang des letzten Jahres: Sport und Wirtschaft – Das Fitness-Studios als Wirtschaftsunternehmen.“
5. Kurz vor dem Abitur: Sport als Mittel zur Stressprävention – Ein Selbstversuch mit Blick auf die anstehenden Abiturprüfungen.

Als Bildungsgangleiter fasst Dr. Peter Hoffmann die Kooperation wie folgt zusammen: „Mit seinem breit aufgestellten Gesundheits- und Fitness-Angeboten und dem eigenen Qualitätsanspruch ist das Energeticum ein idealer Partner für die Sportabiturienten auf dem Weg zur Allgemeinen Hochschulreife.“