



Tennis

Inhalte:

Praktische und theoretische Ausbildung in den Bereichen spezielle Bewegungslehre, Methodik und Trainingslehre. Unterricht durch staatlich geprüfte Tennistrainer und Sportwissenschaftler.

Perspektiven:

Teilnahme am StTV Schulcup, Training im Regionalleistungszentrum in Hartberg, Trainingslager, Vorbereitung auf staatliche Ausbildungen der Bundessportakademien, Ausbildung zum StTV Kindertennis-Übungsleiter



Volleyball

Inhalte:

Konsequentes Training im Hallen- und Beachvolleyball auf unterschiedlichen Leistungsniveaus. Differenzierung in Schulsportgruppe und Leistungssportgruppe.

Perspektiven:

Besuch des Volleyballleistungszentrums VLZ, Teilnahme an Meisterschaftsspielen im Schul- und Vereinsvolleyball, Ausbildung zum STVV-Volleyball-Übungsleiter.

Unsere 3 Säulen der Ausbildung im Oberstufengymnasium mit SPORT

Allgemeine sportliche Ziele:

- Stärkung der Kondition: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit
- Erweiterung des Bewegungsschatzes und der Koordination
- Entwicklung stabiler Bewegungsmuster in vielen Varianten des Sports

Spartenziele:

- Verbesserung des Eigenkönnens in allen Bereichen
- Teilnahme an Schul- und Vereinswettkämpfen
- Theoretische und praktische Ausbildung in Richtung Trainerqualifikation mit staatlichem Zertifikat

Sportvermittlung:

- Erwerb von vertiefendem theoretischem Wissen in Sportkunde und Sportbiologie
- Theoretische und praktische Vorbereitung auf Aufnahmeprüfungen für Studien und Lehrgänge im Sport- und Gesundheitsbereich

Aufnahmebedingungen:

- 3 –teiliger sportmotorischer Eignungstest:
- Grundlagentest (Kraft, Schnelligkeit, Koordination)
- Ausdauerüberprüfung (Coopertest)
- Techniküberprüfung Sparte



Mehr Informationen: www.gym-hartberg.ac.at



Mit deinem Lieblingssport
zur Matura



Sport
ORG
MIT SPORT

GYM-HARTBERG.AC.AT

Alpiner Schilaf

Inhalte:

Grundtechniken, Racingbasics Slalom und Riesentorlauf sowie Freeriding. Teilnahme an Schulsportrennen, polysportives Konditionstraining, Schneetraining am Gletscher und in regionalen Schigebieten des Jogllandes

Perspektiven:

Zusätzliches Training durch den TSV Ski Gymnasium Hartberg und im regionalen Leistungszentrum des Steirischen Schiverbandes RLZ. Ausbildung zum Schlehrer und Schitrainer.



Leichtathletik

Inhalte:

Techniktraining in allen leichtathletischen Disziplinen, Spezialisierung je nach Talent, umfassende Athletikausbildung im Hinblick auf Wettkampfteilnahme. Erarbeitung praktischer und theoretischer Grundlagen in den Bereichen Lauf, Sprung, Wurf/Stoß sowie im Athletiktraining.

Perspektiven:

Teilnahme an nationalen und internationalen Schulwettkämpfen, Ausbildung zum StLV Übungsleiter, Vereinsmitgliedschaft beim TSV Hartberg.



Fußball

Inhalte:

Technisch-taktische Übungen, Schusstraining, unterschiedlichste Spiel- und Turnierformen, ergänzende spartenübergreifende Trainingsangebote und spezielle Regenerationsprogramme.

Perspektiven:

Die Sparte ist auch für Fußballerinnen offen! Ausbildung zum Kindertrainer in Zusammenarbeit mit dem Steirischen Fußballverband.



Unsere neue Sparte: PolySportiv

Inhalt:

Verbesserung der sportmotorischen Grundeigenschaften in den Bereichen Leichtathletik, Geräteturnen, Ballspiele und Schwimmen.

Polysportiver Projektunterricht mit Wahlmöglichkeit (z.B. Triathlon, Akrobatik, Klettern, Mountainbiken, Inline Hockey, Wintersport, Rackathlon,...)

Perspektiven:

Fundierte allgemeine sportliche Ausbildung, Trendsportarten und Vorbereitung auf Aufnahmeprüfungen an Universitäten und für Sport- und Gesundheitsstudien.

