

Jugendstunden-Termine zur Jugendfeier 2024

für die **Berufsorientierende Oberschule Spremberg** im „Bergschlösschen“

In diesem Jahr stehen die Angebote unter dem Zeichen der „Gesundheit – mental wie körperlich“

Bitte in die Klassenliste eintragen, einige Jugendstunden haben eine begrenzte Teilnehmerzahl!

Wählt **min.** 4 Termine für euch aus, ihr könnt selbstverständlich auch an allen Angeboten teilnehmen!

- „**DU bist Einzigartig - dein Selbstwert**“ >>> **Mo, 29.01.** 15:00 – 16:30 Uhr | **alle Klassen**
Themen wie Mobbing, Selbstwert, mentale Gesundheit mit Corina Urban [prof. Motivations-/Selbstwertcoach]
- „**YogiLates**“ >>> **Mi, 14.02.** 15:00 – 16:00 Uhr | **alle Klassen (max. 40 TN)**
ein powervoller Mix aus **Yoga und Pilates** mit Daniela Händschke von Physio Vital Spremberg
- „**Breakdance**“ >>> **Mi, 21.02.** 15:00 – 16:30 Uhr | **alle Klassen (max. 30 TN)**
mit Mario Zschornack (Profi-Tänzer @ Typhon Crew)
- „**Benimm ist in**“ >>> **Di, 05.03.** 16:00 – 18:00 Uhr
Knigge - Stil und Etikette mit Marlies Rhinow
max. 28 Teilnehmende aus allen Klassen
inkl. 3-Gänge-Menü = 15 EUR (bitte am Kurs-Termin bezahlen)
!!Bitte Allergien und Ernährungsweise (vegetarisch, vegan) vorab über die jeweiligen Klassen-/Elternsprecher:innen mitteilen.
- Sofern mehr Anmeldungen eingehen als Plätze vorhanden sind, dann steht ein Zusatztermin bei Bedarf am **Do, 21.03.2024** zur Verfügung.
- „**Social Media**“ >>> **Di, 12.03.** 15:00 – 16:00 Uhr | **alle Klassen**
Benny Stobinski (Jugendkoordinator des Bergschlösschens) durchleuchtet die Sozialen Netzwerke auf Gefahren & Potenziale
- „**Catwalk**“ >>> **Mi, 20.03.** 15:00 – 16:30 Uhr | **Kl. 8a und 8c**
>>> **Mi, 20.03.** 16:45 – 18:15 Uhr | **Kl. 8b und 8d**
Wie bewege ich mich sicher & selbstbewusst in High Heels und eleganten Kleidern? Bestenfalls die eigenen Schuhe mitbringen!
mit Revana Rudolph von Dance-Factory Spremberg
Do, 11.04. 15:00 – 16:30 Uhr | **bei Bedarf Zusatztermin**
- „**Gewalt vs. Verteidigung**“>>> **Mi, 17.04.** 15:00 – 16:30 Uhr | **alle Klassen**
Nicht nur auf Gewalt zu reagieren mit Hilfe von Selbstverteidigung, sondern ihr präventiv zu begegnen, ist ein Gebot der Vernunft.

Stellproben sind Pflicht!!!

Bitte Schuhe mitbringen, die zur Jugendfeier getragen werden.

Mo, 06.05. 15:00-16:00 Uhr

Stellprobe für BOS **8a+8c**

Jugendfeier am 11.05.24 um 11:00 Uhr

Mo, 06.05. 16:30-17:30 Uhr

Stellprobe für BOS **8b+8d**

Jugendfeier am 11.05.24 um 13:30 Uhr

Ansprechpartnerin: Frau Schütt, Mail: jugendfeier-spremberg@stiftung-spi.de , Tel. 03563-2395