

1) Football



Langue: lux, de, fr, engl

Durée: 12, 24 ou 36 semaines

Programme:

- conduite de balle (dribble)
- jeu de passe et contrôle de balle
- un contre un avec déplacement défensive
- forme de jeu (tactique de base)
- jeu

Prérequis: être intéressé au jeu le plus populaire au monde

Équipement: vêtements de sport et chaussures de sport

Objectif: entraînement de foot pour améliorer chacun

1) Fußball



Sprache: lux, de, fr, engl,

Dauer: 12, 24 oder 36 Wochen

Programm:

- Ballführung (Dribbling)
- Passspiel und Ballannahme
- Gegner umspielen, 1vs 1 (inklusive defensivem Verhalten)
- Spielformen mit einer Einführung in die Taktik
- Spiel

Voraussetzung: Freude am beliebtesten Sport der Welt.

Ausrüstung: Sportkleidung und Sportschuhe

Ziel: Richtiges Fußballtraining, damit sich jeder verbessern kann.

2) Big Band



Langue: lux, de, fr, engl,

Durée: 36 semaines

Programme:

12 semaines : Musique de Noël et d'hiver - chant ou instruments en groupe

12 semaines : Musique rock et pop - apprendre à jouer et à chanter des chansons avec d'autres personnes dans un groupe.

12 semaines : Summer Rock and Pop - Apprenez à jouer et à chanter des chansons aux accents de festival d'été.

Prérequis: Tout niveau de performance est le bienvenu

Équipement: Les élèves doivent apporter leurs propres instruments, dans la mesure du possible.

Objectif: Apprendre à jouer en groupe et développer des compétences de performance.

2) Big Band



Language: lux, de, fr, engl,

Duration: 36 weeks

Programme:

12 weeks: Christmas and winter music – singing or instruments in a group

12 weeks: Rock and Pop music – learn to play and sing songs with others in a group

12 weeks: Summer Rock and Pop – learn to play and sing songs with a summer festival feel

The group is for any performance level and any instrument.

Prerequisite: Any performance level welcome

Equipment: Students should bring their own instruments, where possible.

Target: Learn to play in a group and develop performance skills

3) La cuisine des sorcières



Langue: lux, de, engl

Durée: 36 semaines

Programme:

- Notions de base : Qui/qu'est-ce qu'une sorcière ? Qui serait appelé une sorcière aujourd'hui?
- Naturopathie : apprendre à connaître et à utiliser différentes plantes et leurs pouvoirs de guérison (en fonction de l'intérêt des participants).
- Faire soi-même des médicaments de sorcellerie : Pommades, huiles, sirop pour la toux, etc.
- Fabriquez vos propres ustensiles de sorcellerie : Amulettes de protection, perles de bain, sacs magiques, etc.

(la durée de ces différentes activités sera fixée en fonction de l'intérêt des élèves participants)

Prérequis: Intérêt pour la nature et plaisir de l'artisanat

Équipement: Tous les cinq sens

Objectif: Introduction à la naturopathie

3) Hexenküche



Sprache: lux, de, engl

Dauer: 36 Wochen

Programm:

- Grundlagen: Wer/was sind Hexen? Wer würde heute als Hexe bezeichnet werden?
 - Naturheilkunde: unterschiedliche Pflanzen und ihre Heilkräfte kennen- und anwenden lernen (je nach Interesse der TeilnehmerInnen)
 - Hexenmedizin selber herstellen: Salben, Öle, Hustensirup etc.
 - Hexenutensilien selber basteln: Schutzamulette, Badeperlen, Zaubersäckchen etc.
- (die Dauer der jeweiligen Aktivität wird dem Interesse der SchülerInnen angepasst)

Voraussetzung: Interesse an der Natur und Freude am Basteln

Ausrüstung: alle fünf Sinne

Ziel: Einführung in die Naturheilkunde

4) Culture Portugaise



Langue: fr. et port.

Durée: 36 semaines

Programme:

I- Carte du pays (ses régions, ses villes, ses fêtes, ses monuments, ses traditions, etc.)

II- Activités ludiques sur les symboles du pays;

III- Commémoration des jours les plus importants du pays (présentations, expositions, gastronomie, musique, etc.);

VI- Atelier créatif (créer des objets qui identifient la culture portugaise, artisanat, etc.) ;

V- Sorties au Centre Culturelle du Portugal au Luxembourg, au théâtre, au cinéma, aux expositions des artistes portugais, etc.

Prérequis: Intérêt et curiosité pour le Portugal

Équipement: La joie et la volonté de connaître le Portugal

Objectif: faire découvrir la richesse culturelle du Portugal et des Portugais

5) Portugiesische Kultur



Sprache: fr. und port.

Dauer: 12, 24 oder 36 Wochen

Programm:

I- Karte des Landes (Regionen, Städte, Feste, Denkmäler, Traditionen, usw.)

II- Spielerische Aktivitäten zu den jeweiligen Symbolen des Landes;

III- Kennenlernen der wichtigsten portugiesischen Feiertage (Präsentationen, Ausstellungen, typische Gerichte, Musik, usw.)

VI- Kreativ-Workshop (Herstellung von Gegenständen, die die portugiesische Kultur widerspiegeln, Kunsthandwerk usw.);

V- Eventuell Ausflüge zum portugiesischen Kulturzentrum in Luxemburg, ins Theater, ins Kino, zu Ausstellungen portugiesischer Künstler usw.

Voraussetzung: Interesse und Neugierde an Portugal, seiner Bevölkerung und seiner Kultur

Ausrüstung: der Wunsch eine „imaginäre“ Reise nach Portugal zu machen

Ziel: den kulturellen Reichtum Portugals und seiner Bevölkerung entdecken

6) Relaxer au parc



Langue: lux, de, fr, engl,

Durée: 12, semaines

Programme:

Après une longue journée d'école, nous nous rendons au parc de Miersch. Nous nous asseyons sur le sol ou une balançoire, à l'ombre ou au soleil, nous jouons à la balle, au Badminton ou nous faisons des passes, des exercices, nous bavardons ou non, nous écoutons la même musique.



nous restons au lycée

Prérequis: Je peux me passer de mon portable

Équipement: /

Objectif: Se détendre



laquerrierefitness.com

6) Gemittlech am Park



Sprache: lux, de, fr, engl,

Dauer: 12 Wochen

Programm:

No engem lange Schouldag gi mir gemittlech an de Mierscher Park. Mir setzen eis an d'Wiss, oder op d'Schauckel, an de Schied oder an d'Sonn, spille Fiederball oder maache just Passen oder vläicht e puer Übungen, schwätzen mateneen oder och och net, lauschteren déi selwecht Musek....



Mir bleiwen an der Schoul

Voraussetzung: Ech kann ouni main Handy sinn

Ausrüstung:

Ziel: E bessi relaxen



laguerrierofitness.com

7) Apiculture



Langue : lux, de, fr, engl

Durée : 36 semaines

Programme : 36 semaines :

- Connaître les abeilles et les capturer,
- le calendrier apicole, comment soigner les abeilles,
- travailler dans le rucher,
- les produits des abeilles, ...

Prérequis : Motivation & volonté de s'occuper d'insectes

Équipement : Vêtements appropriés et résistants aux intempéries, chaussures robustes.

(Le matériel et la protection contre les abeilles sont fournis par l'école).

Objectif : Être capable de s'occuper de son propre rucher en tant que jeune apiculteur.

7) Bienenhaltung



Sprache: lux, de, fr, engl

Dauer: 36 Wochen

Programm: 36 Wochen:

- Theoretischer Einstieg in das Leben der Bienen,
- der Bienenkalender, Bienenpflege,
- arbeiten im Bienenvolk,
- Bienenprodukte, ...

Voraussetzung: Motivation & Bereitschaft sich mit Insekten zu beschäftigen

Ausrüstung: Wetterfeste / angepasste Kleidung, feste Schuhe,

Material & Schutzkleidung werden von der Schule zur Verfügung gestellt)

Ziel: Als Jungimker ein eigenes Bienenvolk betreuen können

8) Brennball

Langue: lux, de, fr, engl, port, esp

Durée: 12 semaines



Programme: *Brennball* et une variation

Prérequis: motivation

Équipement: vêtements de sport

Objectif: sprint, réactivité, habileté, concentration, lancer et attraper

8) Brennball

Sprache: lux, de, fr, engl, port, esp

Dauer: 12 Wochen



Programm: 12 Wochen : Brennball + 1 Variante

Voraussetzung: Motivation

Ausrüstung: Passende Kleidung

Ziel: Sprint, Reaktionsschnelligkeit, Geschicklichkeit, Konzentration, Werfen und Fangen