



Gemeinsam mit Wellnesstrainerin Anja Turleyski erlebten die Jungen und Mädchen einen bewegungsreichen Tag.

# Eine ganze Schule in Bewegung

**FITNESS** Wellnesstrainerin Anja Turleyski aus Bremen zu Gast in Großheide

Der Projekttag ist Bestandteil eines Werder-Wettbewerbs.

**GROßHEIDE/OLH** – Schon seit Ende 2002 ist die Friederikenschule Großheide Partner-schule des SV Werder Bremen. Seit 2006 schreibt der Verein alle zwei Jahre den Wettbewerb „100 Prozent fitter Werder-Partner“ aus. „Daran hat sich unsere Schule bislang immer mit Erfolg beteiligt“, erzählt Sportlehrerin Johanna de Boer. Voraussetzung dafür ist, dass ein Jahr lang alle sportlichen Aktivitäten und Projekte zur gesunden Ernährung dokumentiert werden.

Im Rahmen des Wettbewerbs hat die Schule in dieser Woche den Projekttag „Massen in

Bewegung bringen“ organisiert (wir berichteten). „Das ist eine tolle Idee“, freut sich auch Schulleiterin Evelyn de Vries über ihre sportlichen und eifrigen Schüler. Möglich gemacht wird der Projekttag durch die Unterstützung der AOK Bremen, Bremerhaven und Niedersachsen. Als Fitnessexpertin hatten die Organisatoren Anja Turleyski, Wellnesstrainerin bei Werder Bremen, eingeladen. Sie hatte mit den Schülern der fünften Klassen Koordinations- und Entspannungsübungen absolviert und eine kleine Choreografie eingeübt. In der Sporthalle hatten de Boer und ihre Kollegen außerdem einen Bewegungsparcours aufgebaut, bei dem alle Teilnehmer ordentlich ins Schwitzen kamen. Anhand kleiner Hinwels-



Beim Bewegungsparcours stand Seilspringen auf dem Programm. FOTO: HEINENBERG

schilder wurde den Schülern verdeutlicht, wie viele Kalorien sie bei den ausgewählten Übungen verbrauchen.

Parallel zu den sportlichen Aktivitäten bereiten Schüler und Eltern in der Schulküche Vollkornbrötchen, Gemüseplatten, Dips, Fruchtspieße, Obstsalate und Shakes zu.

Neben dem Wettbewerb nimmt die Friederikenschule auch noch an weiteren Angeboten ihres Partnervereins teil. Dazu zählen der Werder-Bremen-Schul-Cup (Fußball), der Medientag mit Vertretern der Schülerzeitung und Lehrerfortbildungen. „Ein besonderes Erlebnis ist jedes Jahr eine Fahrt ins Weserstadion, wo 100 Schüler und Lehrer bei einem Werder-Heimspiel zu Gast sein dürfen“, betont de Boer.