

## Kursausschreibung städtische Sportkurse

Sport, Spiel und Spass für die Zürcher Schulkinder

### Sommersemester 2009

#### Informationen zu den Kursen/Neues:

**Die Angebote können neu auch von Kindergartenkindern genutzt werden, insofern der Kurs für den entsprechenden Jahrgang ausgeschrieben ist.**

**Kids-Kurse für 5-10jährige sind polysportive Kurse. D.h. in der Durchführung 50% in der Sportart, 25% in einer anderen Sportart, 25% sportartverwandt.**

- Legende:** A = Anfänger/in, F = Fortgeschrittene, A+F = Anfänger/in+Fortgeschr.  
Mä = Mädchen, Kn = Knaben, Mä+Kn = Mädchen + Knaben
- Teilnahme:** Schülerinnen und Schüler sowie Kindergartenkinder der Volksschule der Stadt Zürich
- Kursdauer:** ab Montag 27. April bis Samstag 3. Oktober, Freitagkurse beginnen am 8. Mai!
- Anmeldung:** bis spätestens Montag, 23. März 2009 an das Sportamt der Stadt Zürich, Abteilung Schulsport, Postfach 2108, 8027 Zürich oder per Fax, 044 206 93 90.  
Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldung nach dem 09.04.2009 ist ein Unkostenbeitrag von Fr. 30.00 bis 100.00 zu bezahlen.
- Kosten:** Für alle vom Sportamt der Stadt Zürich organisierten Sportkurse wird eine Gebühr zwischen Fr. 50.00 und Fr. 260.00 erhoben (siehe Ausschreibung).  
Sofern es in einem Kurs noch freie Plätze hat, werden auch auswärtige Kinder aufgenommen. Da die Kurse von der Stadt Zürich subventioniert werden, haben die Auswärtigen jedoch einen Zuschlag von 50% zu bezahlen.
- Versicherung:** Die Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.
- Achtung:**
- Über die Durchführung der Kurse entscheidet das Sportamt aufgrund der eingegangenen Anmeldungen.
  - **Bestätigungen, zusammen mit dem Einzahlungsschein, werden allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern erst nach Anmeldeschluss (23.03.2009), bis spätestens aber 09.04.2009, zugestellt.**
  - Bitte beim Sportamt melden, wer bis zu diesem Zeitpunkt nicht benachrichtigt wurde. Die Abteilung Schulsport, Tel. 044 206 93 32, gibt gerne Auskunft. Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen und wünschen allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern heute schon recht viel Vergnügen.

SPORTAMT DER STADT ZÜRICH  
Abteilung Schulsport

Kursnummer

Jahrgang

#### Ballsportarten

##### Basketball

BAS 01	Turnhalle Allenmoos	Schübungert 25	Mo 17.00-18.30	96 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 02	Turnhalle Allenmoos	Schübungert 25	Mo 18.30-20.00	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 03	TH Schanzengraben	Basteiplatz 11	Di 16.30-17.45	96 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 04	TH Schanzengraben	Basteiplatz 11	Di 17.45-19.00	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 05	Turnhalle Balgrist	Balgriststrasse 55	Di 18.00-19.30	99 - 03	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 06	Turnhalle Entlisberg	Balberstrasse 71	Mi 14.00-15.30	93 - 98	F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 07	Turnhalle Entlisberg	Balberstrasse 71	Mi 15.30-17.00	96 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 08	Turnhalle Scherr	Stapferstrasse 54	Mi 17.30-19.00	97 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 09	Turnhalle Im Herrlig	Badenerstrasse 724	Mi 18.00-19.30	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
BAS 10	Turnhalle Scherr	Stapferstrasse 54	Fr 17.30-19.00	93 - 97	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Info:** *L.A.Lakers, Indiana Pacers - macht mit, wir wirbeln durch die Halle, tanzen durch die Lüfte, dunken in den Korb!*

### Fussball-Mädchen

FBM 01	Sportanlage Neudorf	Siewerdstrasse 84	Mo 17.00-18.00	96 - 99	A+F	Mä	Fr. 65.00
FBM 02	Klopstockwiese	Waffenplatz-Bederstr. 109	Fr 16.30-17.30	98 - 01	A	Mä	Fr. 65.00
FBM 03	Klopstockwiese	Waffenplatz-Bederstr. 109	Fr 17.30-18.30	95 - 98	F	Mä	Fr. 65.00

**Info:** *Du bist ein Mädchen und hast Freude am Fussball? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig!*

### Hallenfussball/Futsal

HFB 01	Turnhalle Aemtlern B	Aemtlernstrasse 101	Sa 10.00-11.30	93 - 00	A+F	Kn	Fr. 65.00
--------	----------------------	---------------------	----------------	---------	-----	----	-----------

**Info:** *Ronaldo, Rivaldo, Roberto Carlos - sie alle haben im Hallenfussball angefangen. Möchtest du's probieren? Es findet ein reiner Spielbetrieb statt.*

### Volleyball

VOL 01	TH Hirschengraben Süd	Hirschengraben 46	Mi 13.30-14.30	97 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
VOL 02	TH Hirschengraben Süd	Hirschengraben 46	Mi 14.30-15.45	93 - 97	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
VOL 03	TH Hirschengraben Süd	Hirschengraben 46	Mi 15.45-17.00	93 - 96	F	Mä+Kn	Fr. 65.00
VOL 04	TH edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Fr 17.00-18.00	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
VOL 05	TH edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Fr 18.00-19.00	97 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Info:** *Kondition, Reaktion, genaues Zuspiel - hier wirst du richtig gefordert.*

### Diverse Sportarten

#### Akro/Getu/Tramp

AKT 01	TH edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Di 18.45-20.00	99 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
AKT 02	TH edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Do 17.30-18.45	96 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
AKT 03	TH edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Do 18.45-20.00	93 - 97	F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Info:** *Akrobatik pur, am Boden und auf dem Trampolin.*

#### American Pool Billard

BIL 01	Billardcenter IST Club 8	Baslerstrasse 30	Di 18.00-19.30	93 - 01	A+F	Mä+Kn	Fr. 85.00
BIL 02	Billardcenter IST Club 8	Baslerstrasse 30	Do 18.00-19.30	93 - 01	A+F	Mä+Kn	Fr. 85.00

**Info:** *Lerne die Faszination Billard kennen.*

#### Landhockey

LHC 01	Sportanlage Buchlern	Friedhofstrasse 89	Di 17.30-19.00	95 - 97	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LHC 02	Sportanlage Buchlern	Friedhofstrasse 89	Di 17.30-19.00	98 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LHC 03	Sportanlage Buchlern	Friedhofstrasse 89	Di 17.30-19.00	01 - 03	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LHC 04	Sportanlage Buchlern	Friedhofstrasse 89	Mi 19.00-20.30	93 - 94	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LHC 05	Sportanlage Buchlern	Friedhofstrasse 89	Sa 10.30-12.00	95 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Info:** *Der olympische Teamsport, in dem Technik und Köpfchen, nicht Muskeln zählen.*

#### Leichtathletik

LA 01	Sporthalle Utogrund	Dennlerstrasse 43a	Mi 13.30-15.30	98 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LA 02	Sporthalle Utogrund	Dennlerstrasse 43a	Mi 15.30-17.30	95 - 97	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LA 03	Turnhalle Looren B	Katzenschwanzstrasse 7	Fr 16.00-17.30	97 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LA 04	Turnhalle Looren B	Katzenschwanzstrasse 7	Fr 17.30-19.00	94 - 97	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LA 05	Sportanlage Fronwald	Fronwaldstrasse 115	Fr 18.00-19.30	96 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
LA 06	Sportanlage Sihlhölzli	Manessestrasse 1	Sa 10.00-11.30	96 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Info:** *Leichtathletik bietet dir nebst vielen interessanten Disziplinen auch eine gute Grundlage für viele andere Sportarten. Du kannst die Freude an der Bewegung ausleben und diese besser nutzen lernen.*

#### Mountainbike/Dirtbike

MTB 01	Unter Kornhausbrücke	Oberer Letten	Mo 17.30-19.30	92 - 96	A	Mä+Kn	Fr. 100.00
MTB 02	Unter Kornhausbrücke	Oberer Letten	Mo 17.30-19.30	92 - 96	F	Mä+Kn	Fr. 100.00

**Info:** *Bike-Cracks erteilen Unterricht im Mountainbiken: Fahren über Stock und Stein, im Wald oder Dirtpark, auf dem Hinterrad oder einer lockeren Tour. Die Mountain-Bikes werden nur im MTB 01 gegen Abgabe eines Depots von Fr. 100.-- zur Verfügung gestellt. Im MTB 02 vertieft man die Kenntnisse, sich auf einem oder beiden Rädern zu bewegen, sauber springen sowie zügig und kontrolliert den Berg hinunter zu fahren und lernt neu schwierige Tricks. Die passende Schutzausrüstung (inkl. Bike) nimmt im MTB 02 jeder selber mit.*

**Reiten und pflegen (Umgang)**

RIT 01	Reitschule Kolbenhof	Bachtobelstrasse 255	Mo 16.45-18.00	93 - 01	A	Mä+Kn	Fr. 260.00
RIT 11	Reitschule Kolbenhof	Bachtobelstrasse 255	Mo 16.45-18.00	93 - 01	A	Mä+Kn	Fr. 200.00

**Info:** *Ein Traum wird wahr! Bitte einen Helm tragen (Fahrradhelm). In der Sportmaterialverwaltung, Ernastrasse 25, 8004 Zürich, Tel. 044 245 84 20, kannst du auch einen ausleihen. Der Kurs RIT 01 findet vom 27.04. - 22.06.09 (ohne Pfingstmontag 1.6.09 8 Lektionen) und der Kurs RIT 11 vom 17.08. - 28.09.09 (ohne Knabenschiessen 14.9.09 6 Lektionen) statt.*

**Rhönrad**

RHÖ 01	Turnhalle Rütihof	Giblenstrasse 61	Di 17.45-19.00	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
RHÖ 02	Turnhalle Scherr	Stapferstrasse 54	Di 18.00-19.30	93 - 02	F	Mä+Kn	Fr. 65.00
RHÖ 03	Turnhalle Saatlen A	Tramstrasse 208	Mi 14.00-15.30	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Info:** *Du musst min. 130 cm gross sein, da das Rhönrad sonst zu gross für dich ist.*

**Rollschuhsport**

ROL 01	TH Fronwald	Fronwaldstrasse 115	Mi 14.00-15.00	98 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 90.00
ROL 02	TH Fronwald	Fronwaldstrasse 115	Fr 16.20-17.15	97 - 03	A+F	Mä+Kn	Fr. 90.00

**Info:** *Rollschuhe werden zur Verfügung gestellt.*

**Rope Skipping (Seilspringen)**

ROS 01	Turnhalle Saatlen A	Tramstrasse 208	Mi 15.30-16.45	93 - 01	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
--------	---------------------	-----------------	----------------	---------	---	-------	-----------

**Info:** *Seilspringen auf eine andere Art.*

**Slalomskateboard fahren**

SLK 01	Aussenanlage Liguster	Ligusterstrasse 20	Di 18.00-19.30	92 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
--------	-----------------------	--------------------	----------------	---------	-----	-------	-----------

**Info:** *Slalomskateboard fahren für begeisterte Slalomfahrer, welche seriös trainieren und die Sicherheit und Geschicklichkeit auf dem Slalomboard vertiefen wollen. Unter fachkundiger Anleitung verschiedener Slalomboard-Cracks kannst du dein Wissen und Können aufbauen und erweitern. Neben Slalom- und Rampenstartübungen werden auch Boardercross-, Sprung- und Ausweichtrainings durchgeführt.*

**Sportklettern**

SPK 01	Kletterzentrum Gaswerk	Kohlestrasse 12b	Di 17.00-18.30	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
SPK 02	Sporthalle Im Birch	Margrit-Rainer-Strasse 5	Mi 16.00-17.30	97 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
SPK 03	Sporthalle Im Birch	Margrit-Rainer-Strasse 5	Mi 17.30-19.00	97 - 00	F	Mä+Kn	Fr. 75.00
SPK 04	Boulderwand Adliswil	Webereistrasse 68	Do 17.00-18.00	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *Für alle, die eine tolle Trainingsgruppe suchen und Spass am gemeinsamen Klettern haben. Techniktraining - Bewegungslehre - Ausdauer - Sicherungstechnik.*

**Streetskaten**

SKT 01	Unter Kornhausbrücke	Oberer Letten	Di 17.30-19.00	93 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 85.00
SKT 02	Freestyle-Halle	Bändlistrasse 74	Do 17.30-19.00	93 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 85.00

**Unihockey**

UNI 01	Turnhalle Luchswiesen	Glattwiesenstrasse 86	Mo 18.00-19.30	98 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
UNI 02	Turnhalle Münchalde	Mühlebachstrasse 180	Mi 18.00-19.30	98 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
UNI 03	TH Hirschengraben Nord	Hirschengraben 46	Fr 18.00-19.30	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Info:** *Bei diesem schnellen Teamspiel geht nach wie vor die Post ab!*

**VeloTrial**

VTA 01	Sportanlage Buchlern	Friedhofstrasse 89	Mi 19.15-20.30	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 85.00
--------	----------------------	--------------------	----------------	---------	-----	-------	-----------

**Info:** *Geschicklichkeit ist alles, wenn du auf dem Trial-Bike über Stock und Stein fährst. Zeit spielt keine Rolle; bloss absteigen darfst du nicht. Es stehen Trial-Bikes zur Verfügung.*

**Yoga**

YOG 01	Gym. edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Mi 17.00-18.00	99 - 03	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
YOG 02	Gym. edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Mi 18.10-19.10	94 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Kampfsportarten****Aikido**

AIK 01	Dojo Zürich 6	Riedtlistrasse 27	Mi 17.30-18.30	93 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
AIK 02	Dojo Zürich 6	Riedtlistrasse 27	Di 17.40-18.40	93 - 95	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00

**Info:** *Sei mutig und stark wie ein Tiger, konzentriert und sicher wie ein Seiltänzer.*

**Boxen/Kickboxen**

KBO 01	Hit4Fit	Wehntalerstrasse 121	Di 17.45-19.00	93 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 85.00
--------	---------	----------------------	----------------	---------	-----	-------	-----------

**Info:** *Mit Boxen/Kickboxen spielerisch Selbstvertrauen, Koordination, Kraft und Ausdauer trainieren.*

**Fechten**

FEC 01	Fachschule VIVENTA	Wipkingerplatz 4	Di 17.30-18.30	99 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
FEC 02	Turnhalle Aubrücke	Luegislandstrasse 173	Di 17.00-18.00	98 - 01	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
FEC 03	Turnhalle Aubrücke	Luegislandstrasse 173	Di 18.00-19.00	98 - 01	F	Mä+Kn	Fr. 75.00
FEC 04	Turnhalle Seefeld	Seefeldstrasse 131	Mi 16.15-17.15	98 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
FEC 05	Turnhalle Seefeld	Seefeldstrasse 131	Mi 17.00-18.00	94 - 97	A	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *FECHTEN, die Sportart mit Kultur und Geschichte.*

**Ju Jitsu/Selbstverteidigung Mädchen**

JJM 01	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Di 18.00-19.00	93 - 99	A+F	Mä	Fr. 85.00
JJM 02	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Mi 17.45-18.45	93 - 99	A+F	Mä	Fr. 85.00
JJM 03	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Do 18.00-19.00	93 - 99	F	Mä	Fr. 85.00

**Info:** *Lerne deine starken Seiten und Möglichkeiten zur Selbstverteidigung kennen. Die Lizenzgebühr ist im Kursgeld inbegriffen. Für den Kurs muss ein Verbandspass gelöst werden im Betrag von Fr. 30.--.*

**Judo**

JUD 01	Turnhalle Loogarten	Eugen Huber-Strasse 145	Mi 13.30-14.30	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 85.00
--------	---------------------	-------------------------	----------------	---------	-----	-------	-----------

**Info:** *Kultiviertes Kämpfen. Die Linzenggebühr ist im Kursgeld inbegriffen. Für den Kurs muss ein Judopass gelöst werden im Betrag von Fr. 30.--.*

**Karate**

KAR 01	Gym. SH Schauenberg	Lerchenhalde 40	Mo 16.30-17.30	93 - 03	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
KAR 02	Shukokai Karate Dojo Zh	Landenbergstrasse 10	Mo 17.45-18.45	93 - 02	F	Mä+Kn	Fr. 75.00
KAR 03	Turnhalle Friesenberg	Schweighofstrasse 201	Di 16.30-18.00	93 - 03	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
KAR 04	Turnhalle Sihlweid	Sihlweidstrasse 5	Mi 13.30-14.30	93 - 02	F	Mä+Kn	Fr. 75.00
KAR 05	Turnhalle Sihlweid	Sihlweidstrasse 5	Mi 14.30-15.30	93 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
KAR 06	Turnhalle Buhnrain	Buhnrain 40	Mi 16.00-17.00	93 - 03	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
KAR 07	Turnhalle Feld	Feldstrasse 89	Fr 16.20-17.20	93 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
KAR 08	Shukokai Karate Dojo Zh	Landenbergstrasse 10	Sa 10.00-11.00	93 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *Konzentration, Koordination, Körperschulung, sportlicher Wettkampf, Selbstverteidigung, vor allem Spass an der Bewegung.*

**Kendo**

KEN 01	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Di 18.00-19.00	93 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
KEN 02	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Do 18.00-19.00	93 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *Japanisches Fechten, auf den Spuren der Samurai. Bereits im Anfängerkurs muss der persönliche Fechtstock erworben werden. Für den Fortsetzungskurs kann die Schutzausrüstung, die obligatorisch ist, gemietet werden.*

**Kung Fu Wing**

KFW 01	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Di 17.00-18.00	93 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
KFW 02	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Fr 18.00-19.00	93 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00

**Info:** *Mit Körper-Bewusstsein zu Gesundheit, mit Konzentrationsübungen zu besseren Schulleistungen und mit effizienter Selbstverteidigungstechnik zu mehr Sicherheit.*

**Selbstvert. Knaben**

JJK 01	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Mo 17.00-18.00	93 - 00	A+F	Kn	Fr. 85.00
--------	----------------	-------------------	----------------	---------	-----	----	-----------

**Info:** *Lerne deine starken Seiten und Möglichkeiten zur Selbstverteidigung kennen. Die Lizenzgebühr ist im Kursgeld inbegriffen; der Verbandspass kostet Fr. 30.--.*

**Selbstvert. Mädchen**

SVM 01	Budokan-Zürich	Zweierstrasse 106	Di 17.00-18.00	99 - 02	A	Mä	Fr. 70.00
--------	----------------	-------------------	----------------	---------	---	----	-----------

**Info:** *Lerne deine starken Seiten und Möglichkeiten zur Selbstverteidigung kennen.*

**Shaolin Kung Fu**

KFS 01	Kung Fu Schule M.Sewer	Ausstellungsstrasse 99	Fr 16.30-17.15	03 - 05	A	Mä+Kn	Fr. 60.00
KFS 02	Kung Fu Schule M.Sewer	Ausstellungsstrasse 99	Fr 17.30-18.30	00 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
KFS 03	Kung Fu Schule M.Sewer	Ausstellungsstrasse 99	Fr 18.30-19.30	95 - 99	A	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *Shaolin, Kung Fu lernen, wie die berühmten Mönche aus China. Disziplin, Respekt, Kontrolle, Mut & Aufmerksamkeit!*

**Shaolin Kung Fu Kampf**

KFS 04	Kung Fu Schule M.Sewer	Ausstellungsstrasse 99	Fr 20.00-21.30	95 - 99	A	Mä+Kn	Fr. 100.00
--------	------------------------	------------------------	----------------	---------	---	-------	------------

**Info:** *Persönliche Ausrüstung (Handschuhe, Zahnschutz, Tiefschutz und Brustschutz) wird benötigt. Dies kann am 1. Kurstag für ca. 150.- Fr. bezogen werden.*

**Taekwon-Do**

TKD 01	Taekwon-Do Center	Hotzestrasse 56	Di 17.30-18.30	93 - 01	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
TKD 02	Taekwon-Do Center	Hotzestrasse 56	Do 17.30-18.30	93 - 01	A	Mä+Kn	Fr. 70.00

**Info:** *Eine koreanische Kampfkunst auf höchstem Niveau in einer freundlichen Trainingsgruppe. Das Programm ist so vielfältig, dass nie Langeweile aufkommt. Die Übungen beinhalten Elemente der Selbstverteidigung, aber es wird bewusst auf Körperkontakt verzichtet.*

**Kids-Kurse****Akro/Getu/Tramp Kids**

KIDS 01	TH edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Di 17.30-18.45	01 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
---------	--------------------	-------------------	----------------	---------	---	-------	-----------

**Info:** *Akrobatik pur, am Boden und auf dem Trampolin. Polysportiv, siehe Einleitung.*

**Latin-Dance-Mix Kids**

KIDS 02	Gymraum SH Halde	Regensbergstrasse 109	Mo 17.00-18.00	00 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
---------	------------------	-----------------------	----------------	---------	---	-------	-----------

**Info:** *Rhythmen und Grundbewegungen verschiedener Latino-Tänzen auf spielerische Weise kennen lernen. Polysportiv, siehe Einleitung.*

**Orientalisches Tanztheater Kids**

KIDS 03	ZeoT Lagerstrasse	Lagerstrasse 107	Mo 15.30-16.30	00 - 04	A	Mä	Fr. 70.00
---------	-------------------	------------------	----------------	---------	---	----	-----------

**Info:** *Tänze aus 1001 Nacht... geheimnisvolle Bewegungen mit Schleier, Augen, Händen, aber auch rassige Kombinationen mit dem ganzen Körper. Polysportiv, siehe Einleitung.*

**Tanz-Rhythmus-Spiel Kids**

KIDS 04	Gymraum SH Halde	Regensbergstrasse 109	Mi 15.45-16.45	03 - 05	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
---------	------------------	-----------------------	----------------	---------	---	-------	-----------

**Info:** *Tanz, Rhythmus, Spiel. Polysportiv, siehe Einleitung.*

**VideoClipDancing / HipHop / StarMoves Kids**

KIDS 05	Gymraum SH Halde	Regensbergstrasse 109	Mi 14.30-15.30	00 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
---------	------------------	-----------------------	----------------	---------	---	-------	-----------

**Info:** *Tanzen wie die Stars. Hier lernst du Choreografien zu den neusten Hits aus MTV und VIVA. Polysportiv, siehe Einleitung.*

**Rückschlagspiele****Badminton**

BAD 01	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Fr 18.00-19.00	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 100.00
BAD 02	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Sa 10.00-11.00	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 100.00

**Info:** *Das Spiel mit dem Federball ist unheimlich schnell und attraktiv.*

**Squash**

SQS 01	Vitis Tenniscenter	Wiesenstrasse 8	Di 17.00-18.00	98 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 100.00
SQS 02	Town Squash Cl. Airgate	Thurgauerstrasse 40	Mi 14.00-15.30	93 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 100.00

**Info:** *Beim schnellen Racketsport darf der Ball oft an die Wand, aber nur einmal auf den Boden treffen. - Sei kein Frosch - Spiel Squash!*

**Kursnummer****Jahrgang****Tennis**

TNS 01	Tennisanlage Frauental	Hegianwandweg 127	Mi 14.00-15.00	00 - 02	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 02	Tennisanlage Frauental	Hegianwandweg 127	Mi 15.00-16.00	97 - 99	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 03	Tennisanlage Frauental	Hegianwandweg 127	Mi 16.00-17.00	93 - 97	F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 04	Sportanlage Hardhof	Hardhof 19	Mi 13.00-14.00	97 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 05	Sportanlage Hardhof	Hardhof 19	Mi 14.00-15.00	00 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 06	Sportanlage Hardhof	Hardhof 19	Mi 15.00-16.00	00 - 02	F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 07	Sportanlage Hardhof	Hardhof 19	Sa 09.00-10.00	00 - 02	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 08	Sportanlage Hardhof	Hardhof 19	Sa 10.00-11.00	97 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 09	Sportanlage Hardhof	Hardhof 19	Sa 11.00-12.00	93 - 97	F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 10	Tennisanlage Mythenquai	Mythenquai 200	Di 17.00-18.00	97 - 00	F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 11	Tennisanlage Mythenquai	Mythenquai 200	Mi 17.00-18.00	00 - 02	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 12	Tennisanlage Mythenquai	Mythenquai 200	Fr 17.00-18.00	97 - 00	F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 13	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Di 17.00-18.00	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 14	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Mi 13.00-14.00	98 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 15	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Mi 14.00-15.00	96 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 16	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Mi 15.00-16.00	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 17	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Fr 17.00-18.00	96 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 18	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Fr 18.00-19.00	93 - 98	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 19	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Fr 19.00-20.00	93 - 97	F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 20	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Sa 08.00-09.00	93 - 97	F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 21	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Sa 09.00-10.00	95 - 99	F	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 22	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Sa 10.00-11.00	95 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 250.00
TNS 23	Schumacher Sport-Center	Am Stadtrand 46, Dübendorf	Sa 11.00-12.00	97 - 01	F	Mä+Kn	Fr. 250.00

**Info:** *Ob Anfänger oder schon erste Kenntnisse - schon bald wirst du erleben, wie auch bei unseren Tennisprofis alles begonnen hat.*

**Tischtennis**

TT 01	Saalsporthalle	Giesshübelstrasse 41	Mi 17.00-18.30	93 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
-------	----------------	----------------------	----------------	---------	-----	-------	-----------

**Info:** *Wettkämpfe werden nur in Hallen ausgetragen. In der Freizeit, z.B. auf dem Schulplatz, wird der rund 2,5g leichte Zelluloidball auch im Freien hin und her gejagt.*

**Schützen-Kurse****Luftgewehr**

LGS 01	Schützenhaus Probstei	Stettbachstrasse 200	Mo 17.45-19.00	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
LGS 02	Schützenhaus Probstei	Stettbachstrasse 200	Mo 17.45-19.00	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
LGS 03	Schiessplatz Höngg	Kappenbühlstrasse 80	Mi 14.00-15.30	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *Das Material wird zur Verfügung gestellt.*

**Sportschiessen mit der Luftpistole**

LPS 01	Schützenhaus Albisgütli	Uetlibergstrasse 331	Mo 17.30-18.45	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
LPS 02	Schützenhaus Albisgütli	Uetlibergstrasse 331	Mo 18.45-20.00	93 - 00	F	Mä+Kn	Fr. 75.00
LPS 03	Schützenhaus Probstei	Stettbachstrasse 200	Mi 18.00-19.15	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
LPS 04	Schützenhaus Probstei	Stettbachstrasse 200	Fr 16.45-18.00	93 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
LPS 05	Schützenhaus Probstei	Stettbachstrasse 200	Fr 18.00-19.15	93 - 00	F	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *Stärkt Konzentration, Geduld und Disziplin - und schon kannst du erfreuliche Resultate erzielen! Das Material wird dir zur Verfügung gestellt.*

**Tanzsport****Aerobic-Body Toning**

ABT 01	Club Silbando	Förrlibuckstr. 62	Di 16.45-17.45	93 - 98	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
--------	---------------	-------------------	----------------	---------	---	-------	-----------

**Info:** *Die profilierte kubanische Tanz-/Aerobiclehrerin Esther Delgado unterrichtet Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit mit Eigengewicht und Hilfsmitteln.*

**Ballett**

BLT 01	GYMNOS-Bewegungssch	Gladbachstrasse 119	Mi 14.00-15.00	93 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 100.00
BLT 02	Dance Academy-Klubsch	Binzmühlestrasse 81	Sa 10.00-11.00	93 - 02	A	Mä+Kn	Fr. 100.00

**Info:** *Sich fühlen wie eine Tänzerin oder ein Tänzer, mit spielerischen Übungen und professioneller Anleitung lernst du die Grundpositionen des klassischen Balletts.*

**Boogie Woogie**

BGW 01	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Do 17.00-18.00	96 - 99	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
<b>Info:</b>	<i>Boogie Woogie ist ein Originaltanz aus den golden Fifties mit schnellen Schrittkombinationen und witzigen Figurenelementen.</i>						

**Breakdance**

BKD 01	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Mo 18.00-19.00	97 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
BKD 02	Dynamo	Wasserwerkstrasse 21	Mi 15.00-16.30	93 - 99	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
BKD 03	Freestyle-Halle	Bändlistrasse 74	Mi 17.30-19.00	93 - 98	F	Mä+Kn	Fr. 70.00
BKD 04	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Mi 17.30-18.30	96 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
BKD 05	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Fr 18.00-19.00	95 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
BKD 06	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Fr 20.00-21.00	93 - 03	F	Mä+Kn	Fr. 70.00
<b>Info:</b>	<i>Breakdance-Profis vermitteln Breakdance-Skills.</i>						

**Capoeira**

CAP 01	Turnhalle Sihlfeld	Sihlfeldstrasse 165	Mi 14.00-15.15	93 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
<b>Info:</b>	<i>Capoeira ist eine Mischung aus brasilianischem Kampfsport, Tanz, Akrobatik und Musik. Capoeira ist Lebensfreude pur.</i>						

**Flamenco**

FLC 01	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Do 17.00-18.00	97 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
<b>Info:</b>	<i>Die Faszination und Kraft der spanischen Tänze wird dich begeistern!</i>						

**Hip Hop / Lockin**

HHL 01	American Dance Center	Hardturmstrasse 171	Di 18.30-19.30	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
HHL 02	American Dance Center	Hardturmstrasse 171	Mi 17.30-18.30	95 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
<b>Info:</b>	<i>Tanzen wie Missy Elliot und Co. Technik und Basic werden von Kennern der Szene unterrichtet. (Der Tanz bekannt aus Tanzfilmen wie Step up 2!)</i>						

**Hip Hop / Popping**

HHP 01	American Dance Center	Hardturmstrasse 171	Mi 16.30-17.30	00 - 04	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
HHP 02	American Dance Center	Hardturmstrasse 171	Mi 18.30-19.30	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
<b>Info:</b>	<i>Profis zeigen Dir die Moves + Steps im Popping. (Stil wie Chris Brown, Omarion, etc)</i>						

**Hip-Hop-Street**

HHS 01	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Mo 18.00-19.00	96 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
HHS 02	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Mi 17.00-18.00	96 - 03	A	Mä+Kn	Fr. 65.00
HHS 03	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Mi 18.00-19.00	93 - 02	F	Mä+Kn	Fr. 65.00
HHS 04	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Fr 17.00-18.00	93 - 02	F	Mä+Kn	Fr. 65.00
<b>Info:</b>	<i>Magst du Rap-Musik - dann nichts wie anmelden!</i>						

**Jazztanz**

JAZ 01	Gym. edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Di 17.30-18.45	98 - 01	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
<b>Info:</b>	<i>Dir macht es Spass in der Gruppe zu tanzen.</i>						

**Latin-Dance-Mix**

LAT 01	Gymraum SH Halde	Regensbergstrasse 109	Mo 18.00-19.00	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
<b>Info:</b>	<i>Latino-Tänze wie Salsa, Merengue, ChaCha, Samba, Rumba, Jive, etc. in Paar-, Formations- oder Showchoreografien.</i>						

**Modern Dance**

MOD 01	GYMNOS-Bewegungssch	Gladbachstrasse 119	Mo 17.00-18.00	93 - 99	A	Mä+Kn	Fr. 100.00
<b>Info:</b>	<i>Einführung in die Modern-Dance-Technik. Du wirst beweglicher und lernst Gefühle tanzend auszudrücken.</i>						

**Oriental Hip-Hop**

ORH 01	ZeoT Morgartenstrasse	Morgartenstrasse 15	Mi 15.30-16.30	93 - 97	A	Mä	Fr. 70.00
<b>Info:</b>	<i>Hip-Hop aus Ost und West, coole Schrittkombinationen, freche Isolationen, fließende Hüftbewegungen und viel Spass! Wir kombinieren, was das Zeug hält und arbeiten an heissen Choreografien.</i>						

**Orientalischer-Tanz**

ORT 01	ZeoT Lagerstrasse	Lagerstrasse 107	Mo 16.30-17.30	96 - 01	A	Mä	Fr. 70.00
ORT 02	ZeoT Morgartenstrasse	Morgartenstrasse 15	Mi 16.30-17.30	93 - 98	A+F	Mä	Fr. 70.00
ORT 03	Gym. edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Fr 16.30-17.30	00 - 04	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00

**Info:** *Tänze aus 1001 Nacht... geheimnisvolle Bewegungen mit Schleier, Augen, Händen, aber auch rassige Kombinationen mit dem ganzen Körper.*

**Salsa (und andere Latino Tänze!)**

SAL 01	GZ Hottingen	Klosbachstrasse 118	Mi 18.00-19.00	93 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 100.00
SAL 02	GZ Hottingen	Klosbachstrasse 118	Mi 18.00-19.00	93 - 00	F	Mä+Kn	Fr. 100.00

**Info:** *Salsa ist Freude an der Musik und am Bewegen zu zweit! Zusammen tanzen wir zu Salsa Cubana, Salsa Hip Hop, Merengue und anderer Musik und lernen, uns gekonnt zu bewegen! Boys und Girls sind herzlich willkommen!*

**Salsa Lady Style**

SLS 01	Galactic Dance	Albulastrasse 47	Mo 18.00-19.00	93 - 97	A	Mä	Fr. 70.00
--------	----------------	------------------	----------------	---------	---	----	-----------

**Info:** *Basics mit Ladystyle - Mädchen sollen ihren eigenen Stil entwickeln - Drehtechnik, Schrittkombinationen/Choreografien, individuelle Anregungen, Tipps und natürlich viel Spass!*

**Salsa-Aerobic**

SAE 01	Club Silbando	Förrlibuckstr. 62	Mi 16.45-17.45	93 - 98	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
--------	---------------	-------------------	----------------	---------	---	-------	-----------

**Info:** *Die profilierte kubanische Tanzlehrerin Esther Delgado unterrichtet Salsa Cubana Grundschritte und Rhythmusvariationen mit Aerobicelementen nach südamerikanischer Musik.*

**Steptanz: Rhythmus + Sound auf die besondere Art**

STP 01	Rhythm and Tap School	Schaffhauserstrasse 351	Mi 14.30-15.30	95 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
STP 02	Rhythm and Tap School	Schaffhauserstrasse 351	Do 16.45-17.45	95 - 00	F	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *Du hörst Musik, tanzt dazu und Deine Füße sind das "Schlagzeug" für den eigenen Sound.*

**Steptanz: Tanz und Rhythmus**

STP 03	Rhythm and Tap School	Schaffhauserstrasse 351	Mi 15.30-16.30	01 - 04	A	Mä+Kn	Fr. 75.00
--------	-----------------------	-------------------------	----------------	---------	---	-------	-----------

**Info:** *Beim Steptanz lernt Ihr Kind auf spielerische Art und Weise sich zu konzentrieren. Zudem ist die Verbindung von Rhythmus und Koordination ein ausgezeichnetes Hirntraining und Ihrem Kind macht es mega Spass.*

**Streetdance**

STR 03	Gym. edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Mo 17.30-18.30	97 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
STR 04	Gym. edu.Unterstrass	Seminarstrasse 29	Mo 18.30-19.30	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00

**Info:** *Egal welchen Musik-Stil du magst, hier wird mit viel Power getanzt wie die Stars aus den Videoclips zu Hiphop, Dancehall und Reggaeton.*

**Streetdance für Boys**

STR 01	Tanz-Kiste TROZ, Ottiker	Ottikerstrasse 23	Mi 14.30-15.30	93 - 00	A+F	Kn	Fr. 70.00
--------	--------------------------	-------------------	----------------	---------	-----	----	-----------

**Info:** *Magst du Rap, Hiphop, Dancehall oder Reggaeton? Hier wird mit viel Power getanzt wie die Stars aus den Videoclips, eine Boys-Klasse mit Stil.*

**Streetdance für mollige Girls**

STR 02	Tanz-Kiste TROZ, Ottiker	Ottikerstrasse 23	Mi 15.45-16.45	93 - 00	A	Mä	Fr. 70.00
--------	--------------------------	-------------------	----------------	---------	---	----	-----------

**Info:** *Miteinander tanzen, Spass haben und fit werden.*

**VideoClipDancing / HipHop / StarMoves**

DFF 01	Gymraum SH Im Birch	Margrit-Rainer-Strasse 5	Di 17.00-18.00	97 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
DFF 02	Gymraum SH Im Birch	Margrit-Rainer-Strasse 5	Di 18.00-19.00	93 - 97	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
DFF 03	Gymraum SH Halde	Regensbergstrasse 109	Mi 13.30-14.30	93 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
DFF 04	Gymraum SH Halde	Regensbergstrasse 109	Do 18.00-19.00	93 - 97	A+F	Mä+Kn	Fr. 65.00
DFF MC	Gymraum SH Halde	Regensbergstrasse 109	Mo 19.00-20.00	92 - 97	F	Mä+Kn	Fr. 65.00

**Info:** *Tanzen wie die Stars. Hier lernst du Choreografien zu den neusten Hits aus MTV und VIVA.*

**Wassersportkurse****Kajak/Kanu**

KJK 01	Bootshaus Schanzengrab	Selnaubrücke	Mo 18.00-20.00	93 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 50.00
KJK 02	Bootshaus Letten	Wasserwerkstrasse 149	Mo 18.00-20.00	93 - 00	A	Mä+Kn	Fr. 50.00
KJK 03	Bootshaus Letten	Wasserwerkstrasse 149	Mo 18.00-20.00	93 - 00	F	Mä+Kn	Fr. 85.00

**Info:** *Im Anfängerkurs KJK 01 (vom 27.04 - 6.07.09) erlernst du die Kajaktechnik auf stehendem Wasser. Im weiterführenden Anfängerkurs KJK 02 (vom 17.08 - 28.09.09) wirst du dein Können erstmals auf fliessendem Wasser anwenden. Wettkampftraining und Wildwassertouren, sowie die Einführung in die verschiedenen Disziplinen des Kanusports (Slalom, Abfahrt, Polo) erlernst du im Fortgeschrittenenkurs KJK 03 (27.04 - 28.09.09). Gute Schwimmkenntnisse sind Voraussetzung.*

**Rettungsschwimmen**

RET 01	Hallenbad Leimbach	Klebestrasse 3	Fr 17.30-18.30	93 - 97	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
--------	--------------------	----------------	----------------	---------	-----	-------	-----------

**Info:** *Für den Rettungsschwimmkurs musst du mindestens 300m schwimmen können. Am Ende des Kurses wird bei Bestehen der Prüfung das Jugendbrevet abgegeben. Hallenbadeintritt im Kursgeld inbegriffen.*

**Rudern**

RUD 01	Bootshaus GC	Mythenquai 81	Mi 14.00-16.00	93 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
RUD 02	Bootshaus Ruderclub Zh	Mythenquai 87	Mi 14.00-16.00	93 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
RUD 03	Bootshaus Belvoir	Mythenquai 85	Mi 14.00-16.00	93 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
RUD 04	Bootshaus Belvoir	Mythenquai 85	Sa 14.00-16.00	93 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 75.00
RUD 05	Bootshaus Seeclub Zürich	Mythenquai 75	Sa 14.00-16.00	93 - 96	A	Mä+Kn	Fr. 75.00

**Info:** *Die Teilnehmenden müssen des Schwimmens kundig sein! RUD 05 findet je nach Wetterbedingungen auf dem Wasser oder in der Halle statt.*

**Schwimmen und Wasserball**

WAB 01	SSA Aemtler	Aemtlerstrasse 101	Do 17.30-19.00	95 - 99	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
--------	-------------	--------------------	----------------	---------	-----	-------	-----------

**Info:** *Hast du Freude am Schwimmen? Hast du keine Angst vor dem Ball? Liebst du den Teamsport? So steig in die Badehose und komm ins Wasserball! - Voraussetzung: Eine Strecke von 50m ohne Unterbruch zu schwimmen.*

**Schwimmen/Tauchen**

SWM 01	Hallenbad Leimbach	Klebestrasse 3	Fr 16.30-17.30	93 - 01	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00
--------	--------------------	----------------	----------------	---------	-----	-------	-----------

**Info:** *Schwimmen, die gesündeste Sportart. Um diese beliebte Freizeitbeschäftigung noch besser kennen zu lernen, musst du mindestens 50m schwimmen können. Hallenbadeintritt im Kursgeld inbegriffen.*

**Segeln mit Laser**

SEG 01	Wassersportz. Tiefenbru.	Bellerivestrasse 264	Mi 13.00-16.30	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 150.00
SEG 02	Wassersportz. Tiefenbru.	Bellerivestrasse 264	Mi 13.00-16.30	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 150.00
SEG 11	Wassersportz. Tiefenbru.	Bellerivestrasse 264	Mi 13.00-16.30	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 150.00
SEG 12	Wassersportz. Tiefenbru.	Bellerivestrasse 264	Sa 09.00-12.30	93 - 98	A+F	Mä+Kn	Fr. 150.00

**Info:** *Der Kurs SEG 01 findet vom 06.05 - 03.06.2009, der Kurs SEG 02 vom 10.06 - 08.07.2009, der Kurs SEG 03 findet vom 21.08 - 18.09.2009, der Kurs SEG 11 vom 19.08. - 16.09.2009 und der Kurs SEG 12 findet vom 22.08 - 19.09.2009 statt. Nur für gute SchwimmerInnen geeignet. Pro Kind steht ein Boot zur Verfügung.*

**Segeln mit Optimist**

SEG 03	Clubhaus Zürcher Yacht-	General-Guisan-Quai 17	Fr 16.00-18.00	97 - 01	F	Mä+Kn	Fr. 150.00
--------	-------------------------	------------------------	----------------	---------	---	-------	------------

**Info:** *Der Kurs SEG 01 findet vom 06.05 - 03.06.2009, der Kurs SEG 02 vom 10.06 - 08.07.2009, der Kurs SEG 03 findet vom 21.08 - 18.09.2009, der Kurs SEG 11 vom 19.08. - 16.09.2009 und der Kurs SEG 12 findet vom 22.08 - 19.09.2009 statt. Nur für gute SchwimmerInnen geeignet. Pro Kind steht ein Boot zur Verfügung.*

**Synchronschwimmen**

SYN 01	Hallenbad Leimbach	Klebestrasse 3	Mi 15.00-16.00	97 - 02	A	Mä	Fr. 70.00
--------	--------------------	----------------	----------------	---------	---	----	-----------

**Info:** *Für Wasserratten, die lieber unter als über dem Wasser schwimmen. Voraussetzung ist, dass du 50m ohne Unterbruch schwimmen kannst.*

**Wasserspringen**

WSP 01	Hallenbad Oerlikon	Wallisellenstrasse 100	Do 17.00-18.00	97 - 02	A	Mä+Kn	Fr. 70.00
WSP 02	Hallenbad Oerlikon	Wallisellenstrasse 100	Do 18.00-19.00	97 - 02	A+F	Mä+Kn	Fr. 70.00

**Info:** *Kraftvoll und elegant ins Wasser eintauchen. Wir bringen dir die ersten Kenntnisse bei. Hallenbadeintritt im Kursgeld inbegriffen.*

Kursnummer

Jahrgang

**Windsurfen**

SUR 01	Strandbad Wollishofen	Seestrasse 451	Mi 13.30-15.30	92 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 130.00
SUR 02	Strandbad Wollishofen	Seestrasse 451	Mi 16.00-18.00	92 - 00	A+F	Mä+Kn	Fr. 130.00

**Info:** *Auf das Brett hinauf zu kommen, ist ja schon schwierig, dann aber auch noch oben zu bleiben? Nach unserem Kurs wird das alles kein Problem mehr sein. Nur für SchwimmerInnen geeignet. Wertsachen müssen eingeschlossen werden!*

*Die Kurse SUR 01 und 02 finden vom 03.06 - 01.07.09 statt.*