



4.-10. OKTOBER 2020 **36. ZÜRCHER SPORT-FERIENLAGER IN FIESCH**

Das Sportamt, die Sozialen Dienste der Stadt Zürich und sportaktiv freuen sich, die Stadtzürcher Schüljugend bereits zum 36. Mal nach Fiesch einladen zu dürfen. Auf dich wartet ein attraktives Lagerprogramm in einer einmaligen Bergwelt. Den sport- sowie kultur- und medieninteressierten Jugendlichen bieten wir ein entsprechend vielseitiges Kurs- und Freizeitprogramm an.

Teilnahmeberechtigung

Anmelden für das 36. Zürcher Sport-Ferienlager können sich Jugendliche, die zwischen dem 1. Mai 2005 und dem 31. Juli 2009 geboren sind.
Nach dem 31. Mai können sich auf freie Plätze auch auswärtige Jugendliche anmelden.
Das Lager kann vor Anmeldeabschluss ausbebuht sein.

Wichtige Hinweise

Wir tolerieren weder Gewalt, Gewaltandrohungen, Verletzung der Intimsphäre noch Diebstahl. Alkohol, Nikotin und andere Drogen sind nicht erlaubt! Wer im Zürcher Sport-Ferienlager gegen die wichtigen Hinweise verstösst, wird nach Rücksprache mit der Kontaktperson noch am gleichen Tag und auf eigene Rechnung nach Hause geschickt.

Kosten

Das Zürcher Sport-Ferienlager kostet Fr. 395.- für Stadtzürcher Jugendliche, Fr. 535.- für Auswärtige. Bei nicht fristgerechter Bezahlung wird der Platz freigegeben. Geschwistern wird ein Familienrabatt von Fr. 50.- gewährt (Bitte vermerken). Bei Abmeldung zwischen dem 1. Juni 2020 und dem 31. Juli 2020 verrechnen wir Fr. 100.- Bearbeitungsgebühr. Vom 1. August 2020 bis zum 6. September 2020 beträgt die Annullationsgebühr Fr. 150.-. Danach bis zum Lagerbeginn wird die Abmeldung mit dem gesamten Betrag in Rechnung gestellt. Mit einem Arztzeugnis werden immer nur Fr. 50.- verrechnet. Ermässigungen sind vorgesehen für Stadtzürcher Jugendliche, deren Eltern die Kosten nicht vollständig tragen können. Schriftliche Gesuche, mit Beilage der letzten Steuerrechnung, sind zu richten an die Sozialen Dienste der Stadt Zürich, Departementssekretariat, Fondsverwaltung, Werderstrasse 75, 8036 Zürich.

Leitende

Die engagierten Leitenden betreuen und begleiten die zugewiesenen Jugendlichen während der ganzen Kursdauer sowie der Mahlzeiten und stehen ihnen als Ansprechpersonen zur Verfügung.

VERSA

Wir sind Mitglied der VERSA. Wir anerkennen die Verantwortung, welche aus der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen entsteht. Aus diesem Grund dulden wir weder sexuelle Ausbeutung noch grenzübertretendes Verhalten in unserem Lager.



VERSA
Verein zur Verhinderung sexueller Ausbeutung von Kindern im Sport
Eine Initiative des Zürcher Stadverbundes für Sport (ZSS)

Das musst du noch beachten

Die Anmeldung ist verbindlich. Die Teilnahme ist von Sonntag bis Samstag obligatorisch. Die gewählten Kurse besuchst du täglich von Montag bis Freitag. Umteilungen sind generell nicht möglich. Mädchen- und Jungspavillon sind getrennt. Wähle vier Vormittagskurse aus. Wir werden deine Wünsche berücksichtigen und dich der Nachfrage entsprechend in einen der gewählten Kurse einteilen. Du kannst einen Kollegen oder eine Kollegin angeben. Die gewählten Kurse müssen bei dir und bei deinem Kollegen oder deiner Kollegin in der gleichen Reihenfolge eingegeben werden.

Der gemeinsame Kursbesuch wird garantiert.

Die gemeinsame Zimmereinteilung kann nicht gewährleistet werden.

Anmeldung und Informationen zur Coronasituation

Nur noch Online-Anmeldung unter www.zuerifiesch.ch/anmeldung möglich!

Anmeldung: 03. Mai 2020 ab 17.00 Uhr für 350 Plätze
13. Mai 2020 ab 07.00 Uhr für 350 Plätze

Aufgrund der momentanen Situation und der Weisungen des Bundes ist nicht klar, ob das Lager stattfinden wird. Wir verzichten auf eine Rechnungsstellung, bis das Lager definitiv bestätigt ist. Sobald die Durchführung des Lagers als bestätigt gilt, gelten die erwähnten Abmeldegebühren.

Aktuelle Informationen gibt es jeweils auf www.zuerifiesch.ch

Spenden

Unterstütze das grösste Lager für Stadtzürcher Jugendliche mit einer Spende:
Postcheck: 80-22778-7

c/o Sportamt der Stadt Zürich

Tödistrasse 48, Postfach 2108, 8027 Zürich
Telefon: 044 413 93 60, E-Mail: info@zuerifiesch.ch
www.sportamt.ch/fiesch
www.zuerifiesch.ch

Dank der Sponsorenunterstützung kann das Zürcher Sport-Ferienlager durchgeführt werden.



Die Stadt Zürich und die Mitglieder der Interessengemeinschaft Zürcher Sport-Ferienlager IGZF unterstützen das Lager mit einem namhaften Beitrag.

4.-10. OKTOBER 2020 **36. ZÜRCHER SPORT-FERIENLAGER IN FIESCH**

*Spezielle Handhabung aufgrund der Coronasituation

Online-Anmeldung!

Am 3. Mai 2020, 17.00 Uhr
und am 13. Mai 2020, 07.00 Uhr
www.zuerifiesch.ch/anmeldung



Online-Anmeldung!
Am 3. Mai 2020, 17.00 Uhr
und am 13. Mai 2020, 07.00 Uhr
www.zuerifiesch.ch/anmeldung

*Spezielle Handhabung aufgrund der Coronasituation

4.-10. OKTOBER 2020 **36. ZÜRCHER SPORT-FERIENLAGER IN FIESCH**

Hauptsponsoren



PROGRAMM

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.
Das Lager kann vor Anmeldeschluss
ausgebucht sein.

Online-Anmeldung
[www.zueriffiesch.ch/
anmeldung](http://www.zueriffiesch.ch/anmeldung)

Anmeldeverfahren

Die Anmeldung und Kursauswahl geschieht in zwei Etappen.
Alle Jugendlichen werden Bewegung und Sport ausüben.

- Kurse ohne Sternchen gelten als Bewegungs- und Sportkurs.
- Kurse mit einem Sternchen sind Ganztageskurse mit integrierten Sportkursen.
- Kurse mit zwei Sternchen gelten nicht als Bewegungs- und Sportkurs.

Als Erstes wählst du vier Ganztages- oder Vormittagskurse aus, welche die ganze Woche besuchen möchtest. Wir teilen dich in einen dieser vier Kurse ein.

Wirst du in einen Ganztageskurs eingeteilt, besuchst du diesen von Montag bis Freitag. Du erhaltst für den Nachmittag keine weitere Kurswahl.

Wirst du in einen Vormittagskurs eingeteilt, erhaltst du im Juni mit der Einteilungsbestätigung die Vorschläge für die Nachmittagskurse. Bist du am Vormittag in einen Kurs mit zwei Sternchen eingeteilt worden, erhaltst du für den Nachmittag ausschliesslich Bewegungs- und Sportkurse zur Auswahl.

Bitte behalte dieses Programm, du brauchst es für deine Nachmittagsauswahl.

Die Kursorte können variieren und die entsprechende Mittagsverpflegung wird auswärts organisiert.

Ganztageskurse

101 Fernsehen «TeleFiesch» / Sport*

Vor der Kamera moderieren, den eigenen Beitrag filmen und am Computer schneiden – in diesem Kurs lernst du das Fernsehhandwerk. Ob Stimmungsfrage, Fränk oder Reportage – setz deine eigene Idee um und zeig unseren Zuschauern jeden Abend um 19.30 Uhr bei TeleFiesch, was wirklich im Lager abgeht.

102 Fischen*

Wo wohnt schon immer einmal fischen gehen? Ein Jungfischerkurs führt dich ein in diese spannende Welt. Lerne den Umgang mit der Rutte, wie welche Fische behandelt werden und den Respekt vor der Natur!

103 Mountain Challenge / Sportklettern*

Du suchst das Limit? Auf sichere Art und mit professioneller Betreuung kannst du fast jeden Felsen oder jede Kletterwand bezwingen.

104 Radio «24 Fiesch» / Sport*

Du gehst live auf Sendung als Radiomoderator/in, berichtest aus dem Lager als Reporter/in oder bist am Puls als Nachrichtensprecher/in. Mit der Morningshow weckt Radio «24 Fiesch» das Lager, unterhält über Mittag und sendet auch am Abend live aus dem echten Radio-24-Studio! Dein Einstieg in die Radiowelt.

105 Traveliblogger / Sport*

Du erhältst Einblick ins Bloggen mit Fotos und Videos auf Social Media. Wir zeigen dir, wie du mit deinen Fotos und Videos auf Social Media überzeugen kannst. Besonderen Wert legen wir auf den Outdoorbereich. Gute Outdoorschuhe und wetterfeste Kleider sind Pflicht. Bringe im Lager deine Followers zum Staunen.

106 Wallis erleben*

Du erlebst mit einem Wallis-Kenner die Schönheit des Wallis – Action und Abenteuer sind inbegriffen! Wandern, Biken, Klettern mit unserem Walliser Bergführer inklusiv! Siehe auch Online-Kursprogramm www.zueriffiesch.ch/kurse-2020

107 Zeitung «Faktiv» / Sport*

Die heissensten Gerüchte, die herzigsten Singles und die besten Rücksetz als Zeitungreporter/in entscheidet du, was Fiesch beschäftigt. Du suchst die besten Geschichten und schaut, dass alle davon erfahren. Du gestaltst die Zeitung, die es jeden Abend druckfrisch im Feriendorf und online gibt.

Tägliche Sportaktionen: Bei den Kursen Nr. 104, 106, 105 und 107 liegt das Hauptgewicht auf Radio, Blog, Video und Zeitung. Du dich in einem Sport-Ferienlager befindetest, übst du unter der Leitung diplomierter Sportleitender auch attraktive Sportarten aus.

Vormittagskurse

210 American Football

Offense oder Defense, Quarterback oder Kicker – im Spiel mit Leder-Ei und Touchdown taust du ein wie ein Profi in die Arena!

211 Badminton

Schnelligkeit ist der Schlüssel, Technik das Mittel: Schläge deinem Gegner die Shuttlies um die Ohren und freue dich über deine Punkte!

212 Ballspiele

Du willst dich nicht auf ein Sportart festlegen und hast Lust, verschiedene Teamspiele zu spielen? Perfekt, dann bist du in diesem Kurs genau richtig! Neben den Klassikern wie z. B. Handball, Unihockey und Ultimate Frisbee werden auch Touch-Rugby, Pantheball, Völkerball, Brennball und viele andere tolle Teamspiele gespielt.

213 Basketball

Ob 3-Punkte-Würfe, Fastbreaks oder Rebound – bei uns wirst du geachtet wie ein Basketballprofi!

214 Bogenschiessen

Robin Hood auf den Spuren – triffst du auch ins Schwarze und erlegst den Hasen?

215 Bowling**

STRIKE! Alle zehn Kegel in einem Wurf, schaffst du das? Beweise dein Können und verbessere deine Technik!

216 Breakdance

Von Up- und Downlocks über Powermoves bis hin zu Breakdance Battles. Hier bist du auf dem richtigen Weg, deinen eigenen Style zu entwickeln.

217 Cheerleading

Dance! Stuntes! Jumps! Bei uns lernst du das ABC des Cheerleading! Natürlich fehlt die Menschepyramide nicht.

218 Comic- und Cartoonzeichnen**

Wolltest du schon immer deinen eigenen Comichelden oder deine Manga-Figur kreieren, animieren und in Szene setzen? Dies kannst du zeichnerisch mit Stiften oder digital verwirklichen! Wir zeigen dir die wichtigsten Kniffe und Tricks, die du dazu brauchst.

219 Druckluftschieszen**

Zielen, ruhig atmen und Schuss! Triffst du den schwarzen Punkt in der Mitte?

220 Fotowerkstatt**

Interessiert dich Fotografie und möchtest du dir Grundkenntnisse aneignen, um gute Bilder zu machen? Wir helfen dir, deine eigene Bildsprache zu entdecken und weiterzuentwickeln. Interesse an Theorie und Technik ist erwünscht.

221 Fussball Knaben

Eine Sportart, die jeder kennt, die Teams mal neu zusammengestellt – bist du dabei?

222 Fussball Mädchen

Was Jungs können, beherrschen Mädchen schon lange!

223 Hip-Hop / Streetdance

cooler Sound und coole Moves! Bekomme einen Einblick in die Hip-Hop-Dance-Kultur und erstelle mit Tanzprofs eine richtige Choreografie!

224 Jazzdance

Showdance aus einer Mischung von Modern Dance und Ballett bis hin zu Hip-Hop-Einlagen. Sowohl langsame und weiche Bewegungen wie auch kraftvolle Quick Turns und Jumps können im Jazzdance zu fast jeder Musik getanzt werden.

225 Kickboxen / Asia Sport

Let's get reeaaady to rumble! Mit Willen und Konzentration lernst du, deine Hände und Füße im fairen Kampf einzusetzen.

226 Kochen und Geniessen**

Eine Entdeckungsreise in die Kochkunst. Wir zeigen dir die Vielfalt heimischer sowie exotischer Gewürze und Düfte. Gemeinsam kochen und geniessen wir unsere Köstlichkeiten!

227 Kosmetiklabor**

Wie entsteht ein Lippenstift oder eine Gesichtscreme? In unserem Labor stellen wir eigene Pflege- und Kosmetikprodukte her, die du Ende Woche nach Hause mitnehmen darfst. Dabei erfährst du einiges über die gesunde Hautpflege, über Wirkstoffe und über natürliche Düfte.

228 Kung-Fu

Mit gezielten Einzel- und Partnerübungen aus dieser chinesischen Kampfkunst stärkst du deine Kraft, deine Konzentration und dein Selbstvertrauen. Bist du bereit? Siehe auch Online-Kursprogramm www.zueriffiesch.ch/kurse-2020

229 Leichtathletik

Laufen – Springen – Werfen in ihren verschiedensten Formen. Erfahrene Leichtathletik-Trainer führen dich in die Sprint-, Sprung- und Wurfsportarten ein. Durch gezielte Tipps und Tricks sowie auch Spielformen versuchen wir deine Technik (und Kondition) zu verbessern.

230 Modestelle**

Die Werkstatt für neue Trends! Ob T-Shirt, Partykleid oder Sportbag, wir kreieren und nähen unsere eigene Linie!

231 Mountainbike

Action, Abenteuer und Fun verspricht dir der Mountainbike-Kurs. Auf Biketrails geht es rasant runter, und auf Touren in der Walliser Bergregion erlebst du die Natur hautnah.

232 Orientierungslauf

Karte und Kompass begleiten dich quer durchs Gelände. Renne mit Köpfchen, um die Posten als Erster zu finden!

233 Parkour / Freerunning

Bewege dich durch die Stadt, so wie es nur wenige andere wagen. Fast jedes Hindernis ist zu bewältigen. Hast du den Mut dazu?

234 Rap-Time**

Eine Woche voller Raps und Beats. Willst du texten, rappen, freestylen und einen Beat dazu produzieren? Zwei Zürcher Rapper unterstützen dich dabei. It's Rap-Time!

235 Schach PLUS

Matt in drei Zügen – Einführung in das weltweit beliebte Brettspiel, Minispiele und Tricks plus spannende Logikknell-Übungen.

236 Schmuckdesign**

Entwerfe und gestalte deine eigene Schmuckkollektion. Mit bunten Ringen, flippigen Kettenanhängern oder auffälligen Armbländern schaffst du dein eigenes Design. Wir zeigen dir die handwerklichen Grundlagen, die du für deine Kreationen brauchst.

237 Selbstverteidigung Mädchen

Setze deine Grenzen selbst – zeige sie mit Körper, Blick und Stimme und verteidige dich im Ernstfall wirkungsvoll. Ende Woche wirst du dich mit allen Regeln der Verteidigungskunst gegen Angriffe zu Wehr setzen können, sei es mit Worten, Abwehrtechniken oder gezielten Schlägen und Tritten.

238 Sing-Star**

Singen und Musik sind dein Leben? An aktuellen Liedern verfeinerst du deine Gesangstechnik, lernst den Umgang mit dem Mikrofon und stehst vielleicht bald schon auf der grossen Bühne.

239 Skateboarden

Tauche ein in den Lifestyle der Rollbretter und erlebe die Vielfalt dieses Freestyle-Sports. Hier erlebst du das Cruisen, Sliden und den Spass am Brettsport.

240 Smart Movie**

«Ein ganzes Filmstudio in der Hosentasche?» Klar! Lerne, wie du mit einem Smartphone deinen Film drehen und bearbeiten kannst. Sieh auch Online-Kursprogramm www.zueriffiesch.ch/kurse-2020

241 Sneakers**

Brand, your Sneakers. Mit etwas Kreativität, Spezialfarben und Pinsel werden deine Sneakers zu einmaligen Schuhen nach deinem Geschmack. Auffallen wirst du sicher damit.

242 Squash

Hast du Freude am schnellen Racketsport in der Halle? Jage deinen Gegner quer durch die Box, nutze dazu die vielen Schlagmöglichkeiten und bewege dich schnell!

243 Styles**

Hast du Lust, Schriften zu sketchen? Wir zeigen dir, wie du fette Buchstaben entwirfst und dann Wörter in unterschiedlichen Styles umsetzen kannst. Gestalte so das freshest-Blackbook mit deinem Style!

244 Tennis

Tennis – als Anfängerin oder Anfänger lernst du die Basics dieses Rückschlagspiels, als Fortgeschrittene oder Fortgeschrittener veresserst du deinen Aufschlag, lernst zu smashen und zu volleyen oder probierst einen Lob.

245 Tischtennis

Geschlittene Aufschläge und harte Schmetterbälle – schon bald beherrscht du die Grundlagen dieses dynamischen Sportart!

246 Trampolin

Nur Fliegen ist schöner! Auf dem Trampolin sind bis zu 6 Meter hohe Sprünge möglich, natürlich nur bei richtiger Ausbildung und entsprechendem Training.

247 Unihockey

Die schnellste Hallen-Teamart der Welt wirst auch dich begeistern. Du feilst an deiner Schusstechnik, übst dribblings und veresserst das Zusammenspiel. Natürlich kommt auch das Spielen nicht zu kurz.

248 Urban Dance

Kaum hörst du einen Beat, möchtest du nur noch tanzen! Wir bringen dir die urbane Kultur näher. Du lernst die verschiedenen Styles wie Hip-Hop, Ragga/Dancehall und viele mehr kennen! Cool Moves zu hellem Sound: Sei dabei!

249 Videodip-Dancing

Dance like you're a star! Lerne die Originalchoreografen der Megastars. Bei uns stellen wir die verschiedenen Tanzstile zu einer eigenen Show zusammen!

250 Volleyball und Beachvolleyball

Smash und Block – ob mit oder ohne Sand: Eine spannende Teamart erwartet dich.

251 Waterworld / Wassersports

Bist du gerne im Wasser? Nächstes du im Hallenbad auch einmal nicht alltägliche Wassersportarten ausprobieren? Dann bist du bei uns genau richtig! Wir spielen Wasserball und Unterwasserergo, gehen tauchen und das Sprungbret im Hallenbad lädt zu Sprüngen ein! Wir freuen uns auf dich!

Siehe auch Online-Kursprogramm www.zueriffiesch.ch/kurse-2020

252 Yoga

Durch Bewegung und Entspannung findest du zu Kraft und Ruhe. Tanke neue Energie und lerne, bewusst mit deinem Körper umzugehen.

Vorankündigung Nachmittagsprogramm:

Kann erst in der zweiten Etappe gewählt werden.

DJ-Werkstatt**

Hier bekommen zukünftige DJs und DJs den richtigen Dreh raus! Mit deinem Lieblingsound, CD-Mixer und Computerprogrammen wirst du in das Handwerk der DJs eingeführt und stellst deine eigenen Sets für die grossen Fiesch-Party zusammen.

Smoothies**

Das gibt's chuch! Hast du Lust, leckere und gesunde Drinks zu mixen und diese an der bunt dekorierten Roll-Bar zu verkaufen? Mit täglich neuen Kreationen sorgen wir für genussvolle Überraschungen.