

## Wahlpflichtfach: Sport und Gesundheit – SPG

Für die Teilnahme an diesem Wahlpflichtfach ist körperliche Fitness Voraussetzung.

- 2 Wochenstunden (bzw. Blockungen)
- klassen- und jahrgangsübergreifend
- kein Wechsel möglich

### Inhalte 2019/20

#### Theorie

- Anatomie
- Ernährung für SportlerInnen

#### Praxis

- Volleyball
- Outdoor (Klettern, Mountainbike, ...)

### Inhalte 2020/21

#### Theorie

- Trainingslehre
- Doping und Suchtmittel

#### Praxis (Wettkämpfe!)

- Schwimmen
- Leichtathletik