

Undervisningsplan 10. klasse

Idræt

V. Xenia

Måned	Idræt	Event/Pr
August	Planer for skoleåret Fysiske test Løb + løbeplaner Paddle Hvordan planlægger man event	
September	Udendørs aktiviteter Volley Geocaching Fodbold Teambuilding	Sponsorløb
Oktober	Opvarmning, spring og gymnastik	
November	Badminton	
December	Dans, rytme & Yoga	
Januar	Gymnastik og børnelege	Showtime
Februar	Funktionel træning + individuelle træningsprogrammer	
Marts	Funktionel træning + individuelle træningsprogrammer	
April	Løbetræning + paddle	
Maj	Løbetræning + paddle	

Der tages forbehold for ændringer

