

Aan ouders/verzorgers van leerlingen in klas 1 en 2

ons kenmerk
sct/ak/20-21.032

onderwerp
Trainen voor de RSG run

bijlage(n)

Ter Apel,
11 september 2020

behandeld door
A. Kolker

afdeling
L.O.

Geachte ouder/verzorger,

Na het succes van de RSG run van vorig jaar, zijn wij weer begonnen met looptrainingen. Omdat lopen meer is dan alleen het bewegen van je benen, wordt er op school aandacht besteed aan al die andere zaken die met lichaamsbeweging te maken hebben.

Tijdens enkele biologielessen komen allerlei onderwerpen aan de orde die met sporten te maken hebben. Denk hierbij aan voeding en de veranderingen die er in het lichaam plaatsvinden tijdens en na het sporten.

Bij de lessen lichamelijke opvoeding kan het geleerde in de praktijk worden ervaren. Door meten en testen kun je diverse veranderingen waarnemen.

De leerlingen zullen ervaren dat het lopen steeds beter gaat, de conditie met sprongen vooruit gaat en ze zich fitter voelen. Na 7 weken trainen kunnen zij de RSG run op **dinsdag 6 oktober** uitlopen. Alle eerste en tweede klassen doen hier aan mee. De start zal om 12.30 uur zijn. Helaas is het vanwege de huidige coronamaatregelen niet mogelijk om de leerlingen aan te moedigen langs de kant.

Leerlingen moeten thuis alvast sportkleding aan doen (desnoods onder de normale kleding) Op school is er geen mogelijkheid tot omkleden.

Voor meer informatie en/of vragen over de RSG run kunnen de leerlingen terecht bij de desbetreffende docent(e) lichamelijke opvoeding.

Met sportieve groet,
Sectie L.O.