

38. Berner

Feriensportlager in Fiesch

Sonntag, 24. bis Samstag,
30. September 2017

Herbst
2017



Der Mega-Hit in den Herbstferien ab der 3. Klasse



Verein Berner
Feriensportlager



Sport
Stadt Bern

Für 650 Berner und 50 Fiescher Schülerinnen und Schüler ist das Fiescher Lager immer das Ereignis des Jahres. Neue Sportarten und Freizeitaktivitäten kennenlernen, Freundschaften schliessen, dazu garantiert viel Spass erleben, das bietet auch das 38. Berner Feriensportlager in Fiesch.

Interessiert? Dann gleich die Woche vom Sonntag, 24. bis Samstag, 30. September 2017 reservieren und rasch anmelden. Anmeldeschluss ist am Montag, 8. Mai 2017.

Teilnahmeberechtigung: Am Lager können Berner Schülerinnen und Schüler teilnehmen, die zum Zeitpunkt der Anmeldung das 3. bis 8. Schuljahr in einer öffentlichen oder privaten Schule der Stadt Bern besuchen. Die Zahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist auf ca. 650 beschränkt. Nebst den Jugendlichen aus der Stadt Bern nehmen auch ca. 50 Schülerinnen und Schüler der Oberstufe Fiesch anlässlich einer Projektwoche am Lager teil.

Die Plätze werden gemäss dem Anmeldeeingang vergeben. Die Eltern erhalten Ende Juni eine Teilnahmebestätigung inklusive der Rechnung. Sofern es nach dem Anmeldeschluss noch freie Plätze hat, können in Ausnahmefällen Nachmeldungen berücksichtigt werden.

Lagerprogramm: Wie es der Name Berner Ferien-SPORTlager sagt, treiben sämtliche Teilnehmerinnen und Teilnehmer pro Tag mindestens zwei Stunden Sport.

Anreise, Unterkunft und Verpflegung: Die Anreise erfolgt am Sonntag, 24. September 2017 um die Mittagszeit mit einem Extrazug von Bern nach Fiesch. Untergebracht sind die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Feriendorf Fiesch, einem gut eingerichteten Sport Ferien Resort. Bettwäsche ist vorhanden; die Verpflegung ist sehr gut und ausreichend.

Kosten: Total Fr. 290.00 pro Teilnehmerin und Teilnehmer. Das Lager wird von der Stadt Bern sowie von einigen privaten Gönnern finanziell unterstützt. Falls Sie Schwierigkeiten mit der Finanzierung des Lagerbeitrages haben, besteht die Möglichkeit beim Sportamt einen Antrag für Ermässigung zu stellen: Telefon 031 321 68 46.

Teilnahmebedingungen

Bearbeitungsgebühren und Rückerstattung von Lagerbeiträgen: Die ausgefüllte und von einer erziehungsberechtigten Person unterschriebene Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldungen nach Erhalt der Bestätigung/Rechnung werden folgende Bearbeitungsgebühren erhoben:

Abmeldung nach Erhalt der Rechnung (bis Woche 28):
keine Bearbeitungsgebühr

Abmeldung nach Erhalt der Rechnung
(Wochen 29 bis 36):
Bearbeitungsgebühr Fr. 50.00

Abmeldungen bis zwei Wochen vor dem Lager
(Woche 37/38):
volle Lagergebühr Fr. 290.00

Kurzfristige Abmeldung mit Arztzeugnis:
Bearbeitungsgebühr Fr. 50.00

Nichterscheinen ohne Abmeldung:
volle Lagergebühr Fr. 290.00

Stornierung wegen fehlender Zahlung ohne Abmeldung:
volle Lagergebühr Fr. 290.00

Lagerordnung: Alkohol, Nikotin, Suchtmittel und Gewalt widersprechen dem Fieschlager und werden nicht geduldet.

Abend- und Freizeitprogramm: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können ihre Freizeit weitgehend selber gestalten. Zur Verfügung stehen eine Bibliothek, ein Internetcafé, eine Ludothek, der SchülerInnenentwurf, Sportmöglichkeiten, Spiele und Bastelangebote. Es sind auch Filmvorführungen eingeplant und die beliebte Disco findet jedes Jahr statt.

Lagerleitung: Das Berner Feriensportlager wird vom Sportamt der Stadt Bern organisiert. Fachkundige Leiterinnen und Leiter sind für einen guten Unterricht und die Betreuung während des ganzen Lagers besorgt. Für gesundheitliche Belange steht uns während der ganzen Lagerwoche ein fachkundiges Ärzteteam zur Verfügung.



Zimmerzuteilung: Möchtest du mit deiner Kollegin oder deinem Kollegen im gleichen Zimmer wohnen, müsst ihr den gleichen Tages- beziehungsweise Vormittagskurs besuchen und die Anmeldungen sind im gleichen Briefumschlag einzusenden. Es können maximal vier gemeinsame Zimmerzuteilungen berücksichtigt werden.

Wunschliste: Nach Möglichkeit versuchen wir deine Wunschliste zu erfüllen. Die Teilnehmendenzahl ist allerdings bei allen Kursen limitiert. Bei der Einteilung werden die älteren Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Regel zuerst berücksichtigt. Falls du am Morgen einen Kurs aus dem Kontrastbereich (Nr. 253–263) besuchen willst, müssen alle zehn Wünsche für den Nachmittag aus der Sparte Sport (Nr. 401–442) aufgeführt werden. Für den Nachmittagsbetrieb kann eine gemeinsame Zuteilung aus organisatorischen Gründen nicht berücksichtigt werden.

Frühzeitige Abreise: Frühzeitige Abreisen zum Beispiel wegen Familienferien, Trainingslager etc. sind dem Sportamt vor Lagerbeginn zu melden. Bei einer vorzeitigen Abreise gehen die Rückreisekosten (ca. Fr. 35.00) zulasten der Eltern beziehungsweise der erziehungsberechtigten Person. Während der Heimreise tragen die Eltern die Verantwortung für die Jugendlichen.

Versicherung: Das Unfallrisiko ist in der Grundversicherung der Krankenversicherung eingeschlossen. Die Direktion für Bildung, Soziales und Sport lehnt jegliche Unfallhaftung ab.

Anmeldung: Am Schluss dieser Ausschreibung finden Sie das Anmeldeformular. Zusätzliche Anmeldeformulare können auf www.bern.ch/sportamt (ANGEBOTE/ Kinder und Jugendliche/ Sportlager Fiesch Herbst) heruntergeladen werden. Bitte füllen Sie die Anmeldung vollständig aus (Vor- und Rückseite) und beachten Sie die Bestimmungen für die Kurseinteilung. Die Eltern bestätigen mit der Unterschrift, die Teilnahme- und Lagerbedingungen zur Kenntnis genommen und ihre Kinder damit vertraut gemacht zu haben.

Auskunft: Zusätzliche Auskünfte erhalten Sie beim Sportamt der Stadt Bern, Telefon 031 321 68 46 (Doris Küpfer / doris.kuepfer@bern.ch).

Sofern bei den Kursen eine Altersbegrenzung angegeben ist, bezieht sie sich aufs Schuljahr 2016/2017.

Tageskurs

Du besuchst während der ganzen Woche den gleichen Ganztageskurs.

101 Lagerzeitung, Lagerfernsehen, Lagerradio, Lager-Site (ab 6. Klasse)

Als Journalistin oder Journalist arbeitest du am Puls der Zeit. Du triffst die Stars, Winners und Losers. Du entdeckst Dinge, die anderen verborgen bleiben und berichtest darüber. Du lernst, wie ein Radioprogramm, eine topaktuelle Zeitung oder eine coole Website entstehen kann. Nach dieser Woche wirst du mit anderen Augen fernsehen, Zeitung lesen und mit anderen Ohren Radio hören. Dein Smartphone oder Tablet darfst du gerne mitbringen.

Kursprogramm am Morgen – Sport

Du besuchst während der ganzen Woche den gleichen Kurs. Erfolgt die Einteilung in einen Kontrastkurs (Nr. 253–263), wirst du am Nachmittag in die Sportkurse (Nr. 402–442) eingeteilt.

201 ABC Tauchen (ab 5. Schuljahr)

Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen oder aber auch tauchen mit einer Flasche.

202 Aerobic

Tanzen zu modernen Beats und dabei Kraft, Gleichgewicht und Akrobatik trainieren.

203 Badminton

Der Badminton-Ball heisst «Shuttle» und der Umgang mit ihm ist gar nicht so leicht.

204 Baseball (für Jungs)

Softball (für Mädchen) (ab 5. Schuljahr)

Es geht um Teamsportarten, die Treffsicherheit, Schnelligkeit und Beobachtungsgabe erfordern.

205 Basketball (3.–7. Schuljahr)

Hier ist Geschicklichkeit und Gewandtheit gefragt.

207 Bogenschiessen

Lass dich von der Kunst des Bogenschiessens begeistern und triff ins Schwarze, wobei das Schwarze hier gelb ist.

209 Breakdance (ab 5. Schuljahr)

Die raffinierten und blitzschnellen Bewegungen beim Breakdance sind gar nicht so kompliziert.



- 210 Cheerleading**
Tanzen, Teamspirit, Fun, Kraft und Akrobatik und das alles zu coolem Sound.
- 211 Frisbee**
Es geht um Sport und Fun. Geübt werden Mannschafts- und Einzelsport-Spielvarianten, Wurf- und Fangtechniken. Der Schwerpunkt liegt auf der Teamdisziplin.
- 212 Funkjazz**
Tanzen zu den angesagten Beats und Hits der Hip Hop und R&B Szene.
- 213 Fussball** (4.–7. Schuljahr)
Lass dich vom Gegner nicht aus- oder überspielen, doch versuche auf jeden Fall, ihn oder sie auszutricksen.
- 214 Geräteturnen** (3.–7. Schuljahr)
Minitrampolin, Schaukelringe, Bodenturnen und vieles mehr. Du übst dich in Akrobatik-Elementen wie Handstand, Rolle, Rad, Salto und anderem.
- 216 Handball** (5.–6. Schuljahr)
Schnell laufen, schlau kombinieren und sicher treffen, das ist hier gefragt.
- 218 Leichtathletik**
Schneller, höher, weiter, das sind die Ziele in diesem Sport.
- 219 Light-Contact Boxing**
Box-Varianten ohne harte Schläge. Technik und Taktik werden spielerisch geübt.
- 222 Mountainbike** (ab 6. Schuljahr)
Kreuz und quer mit dem Bike durchs Gelände fahren macht unglaublich Spass.
- 223 Pool Billard** (ab 5. Schuljahr)
Lerne die Grundtechnik sowie spezielle Tricks. Dann «gehörchen» dir die Kugeln bei jedem Stoss.
- 224 Radball** (mind. Körpergrösse 135 cm)
Es wird mit speziellen Fahrrädern Fussball gespielt.
- 225 Rettungsschwimmen** (ab 11-jährig; nur für gute SchwimmerInnen)
Du lernst Leben retten und erhältst nach dem Kurs das offizielle Rettungsschwimmen-Jugendbrevet.
- 226 Rugby** (ab 5. Schuljahr)
Ovaler Ball, fairer Kampf und ein einmaliges Team.
- 229 Schwingen**
«Mach ä Hoselupf» im Sägemehl und erfahre viel Spannendes über diesen urchigen Sport.

- 231 Selbstverteidigung**
Lerne Grenzen setzen, Nein sagen und kritische Situationen früh genug erkennen.
- 232 Sportklettern** (ab 5. Schuljahr)
Wir klettern die (Kletter-)Wände hoch und runter.
- 234 Squash** (5.–7. Schuljahr)
Halte den Ball im Spiel und versuche, den Ballwechsel für den Gegner möglichst schwer zu machen.
- 235 Tennis** (ab 6. Schuljahr)
Mit etwas Technik und überraschenden Spielzügen kannst du deinen Gegner ganz schön zum Laufen bringen.
- 236 Tischtennis**
Übe dich in taktischen Finessen und versuche, deinen Gegner auszuspielen.
- 237 Trampolinspringen** (4.–7. Schuljahr)
Erlerne den Grundaufbau von kraftvollen und sicheren Luftsprüngen.
- 239 Unihockey** (ab 6. Schuljahr)
Es ist ein dynamisches, schnelles und intensives Mannschaftsspiel.
- 240 Volleyball/Beachvolleyball**
Hier spielen Spass, Teamgeist und Ballkontrolle die Hauptrollen. Je nach Wetter spielen wir im Sand oder trainieren in der Halle.
- 242 Zumba**
Zumba, das ist die coole Art zu fetziger Musik fit zu bleiben.

Kursprogramm am Morgen – Kontrast

Du besuchst während der ganzen Woche den gleichen Kurs.

- 253 Cocktails und mehr** (ab 5. Schuljahr)
In diesem Kurs sind Mixen, Kneten und Dekorieren angesagt. Nicht nur Cocktails, sondern auch kleine feine Apérohäppchen gehören zu jedem schönen Fest.
- 254 Cupcakes und Cake-Pops**
Lass beim Backen und Dekorieren deiner Phantasie freien Lauf.
- 255 Fotografieren mit Digitalkamera** (ab 5. Schuljahr)
Ob Schnappschuss, ein komponiertes oder inszeniertes Bild: Streif durch die Gegend, halte spezielle Momente fest und bearbeite die besten Bilder am PC.
- 257 Hairstyling** (ab 4. Schuljahr für Mädchen mit mind. schulterlangem Haar)
Brav, flippig oder beides? Frisuren ausprobieren und Wissenswertes über die Haarpflege erfahren.
- 259 Kreatives Nähen/Upcycling**
Aus alten Jeans und T-Shirts nähen wir neue, fetzige Kleider. Auch alte Veloschläuche oder Einkaufstaschen verwandeln wir in coole Accessoires wie Handyhüllen, Necessaires oder Schminktäschi.



260 Malen und Gestalten

Entdecke die Künstlerin, den Künstler in dir. Wir bringen dir den Umgang mit den verschiedenen Materialien und Techniken näher. Deine Kunstwerke kannst du am Ende des Lagers mit nach Hause nehmen.

262 Wellness für Mädchen

(ab 5. Schuljahr)

Den ganzen Tag fit: mit Bewegung, Massage und der richtigen Ernährung gelingt's.

263 Zentangle zeichnen

Ein Zentangle ist eine abstrakte Zeichnung mit sich wiederholenden Mustern. Alle können mit der Zentangle-Methode traumhaft schöne kleine Kunstwerke schaffen. Auch wenn du denkst, dass du nicht zeichnen kannst, wirst du über deine Werke staunen.

Schnupperprogramm am Nachmittag – Sport

Du besuchst jeden Nachmittag ein anderes Sport- oder Kontrastschnupperangebot.

402 Aerobic

403 Badminton

404 Baseball/Softball

405 Basketball

406 Bodyforming

407 Bogenschiessen

408 Bowling (ab 5. Schuljahr)

409 Breakdance

410 Cheerleading

411 Frisbee Sport und Fun

412 Funkjazz

413 Fussball

414 Geräteturnen

415 Gleitschirm (ab 15 Jahren) Freiheit pur auf kleinen Flügeln.

416 Handball

417 Kegeln (ab 5. Schuljahr)

418 Leichtathletik

419 Light-Contact Boxing

420 Minigolf

421 Mountain Cart

Rassige Talfahrt auf dem «Dreirad».

422 Mountainbike (ab 6. Schuljahr)

423 Pool Billard (ab 5. Schuljahr)

424 Radball (Körpergrösse mind. 135 cm)

426 Rugby

427 Sauna (nur für Knaben)

428 Sauna (nur für Mädchen)

429 Schwimmen

430 Seilpark (Körpergrösse mind. 130 cm)

Mit etwas Mut und Geschick meisterst du die schwankenden Hindernisse.

431 Selbstverteidigung

432 Sportklettern an der Kletterwand

(ab 5. Schuljahr)

433 Street Soccer

434 Squash

435 Tennis

436 Tischtennis

437 Trampolinspringen

438 Trotinettdownhill (ab 4. Schuljahr)

Gemütlich oder mit hohem Tempo vom Berg ins Tal.

439 Unihockey

440 Volleyball

441 Wasserplausch

442 Zumba



Schnupperprogramm am Nachmittag – Kontrast

Du besuchst jeden Nachmittag ein anderes Sport- oder Kontrastschnupperangebot.

451 Aromatherapie

(ab 4. Schuljahr; nur für Mädchen)

Wohlfühl und Wohlgeruch: Du lernst, wie man mit Öl-Mischungen und einer Massage die Sonne ins Zimmer holt.

452 Beauty Afternoon – ein Nachmittag für die Schönheit (ab 5. Schuljahr)

Lass dich in die Welt der Erholung entführen und rüste dich für die nächste Party.

453 Cocktails

Sirup, Coca Cola, Orangensaft... wie langweilig! Dein Getränk soll schmecken und erst noch cool aussehen. Wir zeigen dir, wie das geht.

454 Cupcakes und Cake-Pops backen

Bunt und so süß: Ein Paradies für alle Schleckmäuler.

455 Fotobearbeitung

Mach mehr aus deinen Fotos. Mit einem Fotobearbeitungsprogramm zeigen wir dir, wie man's macht.

457 Hairstyling

Macht euch gegenseitig eine witzige oder verrückte Frisur.

458 Henna-Tattoo (ab 5. Schuljahr)

Auch wenn dein Tattoo wieder verschwindet, du hast nun gelernt, was du dazu benötigst und wie man es richtig macht.

459 Kreatives Nähen

Wir nähen aus alten, farbigen Einkaufstaschen praktische Handyhüllen, Necessaires oder ein Schminktäschli.

460 Malen

Hier geht's grenzenlos farbig zu und her.

461 Maultierreiten

Hast du gerne Kontakt mit Tieren? Dann bist du hier im richtigen Kurs.

263 Zentangle zeichnen

Kreiere ein kleines Kunstwerk.

In eigener Sache

Liebe Eltern, Erziehungsberechtigte, Onkel, Tanten,
junggebliebene Grosseltern, Sportbegeisterte...
Liebe Lehrerinnen und Lehrer

Gleichzeitig mit der Ausschreibung des diesjährigen Fiescher Lagers laufen bereits schon die ersten organisatorischen Arbeiten fürs Lager 2018 an. Ein zentraler Punkt dabei ist: Das Zusammenstellen eines motivierten, energiegeladenen und neugierigen Leiterinnen- und Leiterteams.

Sind Sie sportlich? Haben Sie kreative Talente? Sind Sie gerne das «sympathische Alphanier» im Umgang mit Kindern und Jugendlichen? Haben Sie Lust, eine garantiert erlebnisreiche Herbstferienwoche in einem sehr lebendigen Umfeld aktiv mitzuerleben und mitzugestalten? Sind Sie der Meinung, dass Ihr Lieblingssport im Programm fehlt, aber das Angebot bereichern könnte?

Fallen die Antworten auf diese Fragen einmal oder mehrfach mit JA aus, dann suchen wir genau Sie! Das OK «Verein Berner Feriensportlager» sucht jedes Jahr zahlreiche Leiterinnen und Leiter, die uns bei der Durchführung des Lagers unterstützen: Sei es bei einem Sport- oder Kreativangebot oder sonstigen Lageraufgaben.

Gerne erwarten wir Ihren Anruf mit Fragen, Angeboten oder Anregungen. Wir freuen uns, wenn Sie uns unter der folgenden Adresse unverbindlich kontaktieren: herbstlager@bernerferien.ch oder telefonisch 031 321 68 46 (Doris K pfer).

Last but not least

Für die zahlreichen kleineren und grösseren Geldspenden fürs Fiescher Lager 2017 möchten wir uns an dieser Stelle sehr herzlich bedanken. Die Spendengelder kommen vorwiegend Kindern aus finanziell schlechter gestellten Familien zugute, denen wir dank Ihrer Spenden eine Teilnahme am Lager ermöglichen können.

Herzlichen Dank!

Bernbewegt!

Vielfältig. Nachhaltig. Aktiv.



Die Top Adresse für
TEAM- und FIRMENSPO

and the winner is you!

VAUCHER
SPORT SPECIALIST

Kontaktperson:
Jean-Michel Marti
jm@vauchersport.ch
076 345 92 62

Bern – Niederwangen, Hallmattstrasse 4

INTERSPORT



SPORT RESORT
FERIEN FIESCH

Aletsch All Inclusive
www.sportferienresort.ch



Anmeldung

38. Berner Feriensportlager Fiesch

Sonntag, 24. bis Samstag, 30. September 2017

Vollständig ausgefüllte Anmeldung bis
spätestens am **8. Mai 2017** einsenden an:

Verein Berner Feriensportlager
c/o Sportamt der Stadt Bern
Frau Doris Küpfer
Effingerstrasse 21
3008 Bern

Personalien

des/r Teilnehmer/in

Name: _____

Vorname: _____

Nationalität: _____

Geburtsdatum (Tag/Monat/Jahr): _____

Mädchen Knabe

Schule: _____

Schuljahr: 3. 4. 5. 6. 7. 8. zum Zeitpunkt der Anmeldung

Ich bin ein Leiterkind (Mutter/Vater haben im Lager eine Leiterfunktion)

Personalien

Eltern/gesetzl. Vertreter

Name: _____

Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: P _____

G _____

N _____

E-Mail: _____

Sind Sie während der Lagerwoche erreichbar JA NEIN

Wenn NEIN, wer kann im Notfall kontaktiert werden?

Name/Vorname: _____

Telefon: P _____

N _____

E-Mail: _____

Essen

Ich bin Vegetarier/in

Medizinische Info

Hat Ihr Kind gesundheitliche Probleme, von denen wir wissen sollten. Epilepsie, Allergien, regelmässige Medikamenteneinnahme nötig etc.?

Krankenkasse

Name Krankenkasse

Versicherungs-Nr.

Unterschrift

Ich/wir bin/sind mit den Teilnahmebedingungen (siehe Seiten 2 und 3) einverstanden.

Unterschrift Teilnehmer/in: _____

Unterschrift der Eltern oder gesetzl. Vertreter: _____

Frühzeitige Abreise

Beispielsweise wegen Familienferien, Trainingslager etc.

Datum/Zeit: _____

Die reguläre Ankunftszeit in Bern ist am Samstag, 30. September 2017 um ca. 13.45 Uhr.

Weiter geht es auf der Rückseite!



38. Berner Feriensportlager Fiesch

Sonntag, 24. bis Samstag, 30. September 2017

Bemerkungen (z. B. Zimmerwunsch, Reduktionsgesuch)

Tages- und Vormittagskurse

Es sind 5 Wünsche in der Reihenfolge der Beliebtheit anzugeben (Tages- und/oder Vormittagskurse d.h. Kurs-Nr. 101 resp. 201–262).

Kurs-Nr.	Kurs-Beschreibung
1 _____	_____
2 _____	_____
3 _____	_____
4 _____	_____
5 _____	_____

Nachmittagsprogramm

Es sind 10 Wünsche in der Reihenfolge der Beliebtheit anzugeben. Wer am Vormittag einen Kontrastkurs (Nr. 253–262) besuchen will, muss in dieser Rubrik 10 Wünsche aus dem Sportbereich angeben (Nr. 402–444).

Kurs-Nr.	Kurs-Beschreibung
1 _____	_____
2 _____	_____
3 _____	_____
4 _____	_____
5 _____	_____
6 _____	_____
7 _____	_____
8 _____	_____
9 _____	_____
10 _____	_____