

## Postenlauf:

12

**Auftrag:** Planung und Durchführung eines Postenlaufs nach den Richtlinien von Lagersport/Trekking.

**Betreuer:**

**Durchführung:** Der Postenlauf soll am Dienstag, 15. 4. 2003, 9.00-11.00Uhr, mit allen Teilnehmern und Teilen der Kurleitung durchgeführt werden.

Im Anschluss an die Sportlektion wird der Sportblock mit allen Teilnehmern besprochen, die leitende Gruppe stellt kurz ihr Vorgehen vor und erklärt wo im J+S Handbuch weitere Ideen zum Thema zu finden sind.

### Rahmenbedingungen:

Zeit:	120min, inklusiv anschliessender Besprechung (10')
Ort:	frei wählbar
Anzahl Teilnehmer:	25
Kosten:	werden zuerst mit dem betreuenden Leiter abgesprochen
Material:	mit Alien absprechen
Motto:	Lektion ist mit dem Lagermotto einzukleiden
Leitung:	Jedes Gruppenmitglied übernimmt eine Leitungsfunktion im Sportblock

**Vorbereitung:** Die Sportlektion ist nach den Richtlinien der J+S-Broschüre *Das ist Lagersport/Trekking* schriftlich vorzubereiten.

- Beispiele und mögliches Raster siehe J+S-Broschüre *Das ist Lagersport/Trekking*
- Sportblockbeschreibung ist selbsterklärend