



INTERNAT
SOLLING

Staatlich anerkanntes Gymnasium

Die Sportarten
am Internat Solling

DIE SPORTARTEN (in alphabetischer Reihenfolge)

- **Badminton** (als AG)
- **Baseball** (als Workshop)
- **Basketball** (Sportkurs und AG, Halle und Außenplatz)
- **Beachvolleyball** (als Freizeitbeschäftigung, Außenplatz)
- **Fußball** (Sportkurs und AG, Halle, Sportplatz, Kunstrasen-Mehrzweckplatz, Teilnahme an Turnieren und Wettkämpfen mit anderen Internaten)
- **Fußball für Mädchen** (AG)
- **Golf** (AG im Sommer, Golfclub Weserbergland in ca. 25 km Entfernung)
- **Handball** (Sportkurs und AG, Halle, Kunstrasen-Mehrzweckplatz)
- **Hockey** (bei genügend Interesse)
- **Kraft- und Fitnesstraining** (Training unter Anleitung mehrmals in der Woche möglich, Eigenes Fitnessstudio mit Cardio- und Kraftgeräten)
- **Klettern** (Exkursionen im Rahmen des Wochenendprogramms)
- **Leichtathletik** (Sportkurs, AG und Teilnahme an Wettbewerben)
- **Mountainbiking** (schuleigener Fuhrpark, Sportkurs, Naturpark Solling-Vogler)
- **Reiten** (AG, Einzel- und Gruppenunterricht, Teilnahme an Turnieren, Eigener Reitstall, Reitplatz, Reithalle, Longenplatz)
- **Rudern** (AG in den Sommermonaten)
- **Rugby** (AG in Schülerinitiative, Sportplatz mit Rugbytoren)
- **Schwimmen** (Sportkurs und AG, während der Freibadsaison Frühschwimmen, Hallen- und Freibad in der Stadt Holzminden und Freibad Bevern)
- **Tauchen** (Tauchkurse für Anfänger und Fortgeschrittene als AG und Exkursionen im Rahmen des Wochenendprogramms)
- **Tennis** (Sportkurs, AG, zurzeit vier Mannschaften im Wettbewerbsbetrieb, zwei Außenplätze, Nutzung der Tennishalle in der Stadt Holzminden und Schönhagen)
- **Turnen** (Sportkurs)
- **Triathlon** (Sportkurs und Wochenendprogramm)
- **Volleyball** (Sportkurs und AG, Beachvolleyballplatz)
- **Wildwasserkanu** (Exkursion zur Soca, Slowenien)
- **Yoga** (AG, bei Interesse)

Erfahren Sie mehr über das Internat Solling

Unsere Philosophie

<http://www.internatsolling.de/solling-das-internat/philosophie>

Geschichte des Internat Solling

<http://www.internatsolling.de/solling-das-internat/geschichte>

Lage und Campus

<http://www.internatsolling.de/solling-das-internat/lage-campus>

Kosten und Stipendien

<http://www.internatsolling.de/solling-das-internat/kosten-stipendien>

Anmeldung

<http://www.internatsolling.de/solling-das-internat/ansprechpartner-hinweise>

Lernkultur am Internat

<http://www.internatsolling.de/das-internat-lernen/lernkultur>

Projekte und Schwerpunkte

<http://www.internatsolling.de/das-internat-lernen/projekte-schwerpunkte>

Tagesablauf und Rituale

<http://www.internatsolling.de/das-internat-leben/tagesablauf-rituale>

Wohnen

<http://www.internatsolling.de/das-internat-leben/wohnen>

Aktuelles und Termine

<http://www.internatsolling.de/solling-news-termine/terminkalender>

Unsere Facebookseite

<https://www.facebook.com/InternatSolling?fref=ts>

KONTAKT

Internat Solling
Einbecker Straße 1
D-37603 Holzminden

T +49 (0)55 31 12 87-0
F +49 (0)55 31 12 87-88

info@internatsolling.de
www.internatsolling.de