

## Programmteil Fitness

Richtlinie

AUSWAHLLISTEN

01.09.2017

### Einzel sportarten

Sportarten, die allein oder zweit ausgeübt werden und nicht zu einer anderen Kategorie gehören

- Biathlon
- Bogenschießen
- Bowling
- Fechten
- Fünfkampf
- Gehen
- Golf
- Gymnastik
- Kegeln
- Krocket
- Kugelsport (Boccia, Boule, Pétanque)
- Laufen
- Leichtathletik
- Nordic Walking
- Orientierungslauf
- Querfeldeinlauf
- Radsport
- Reitsport
- Triathlon
- Walking
- Zehnkampf und Zwölfkampf

### Fitnesssport

- Aerobic
- Cheerleading
- Gesundheitstraining
- Joggen
- Körpertraining und -programme
- Krafttraining
- Organisch-rhythmische Bewegungsbildung (Medau)
- Pilates
- Trampolin
- Turnen
- Yoga

### Kampfsport

- Aikido
- Judo
- Ju-Jutsu
- Karate
- Kendo

- Kung Fu
  - Ringen
  - Selbstverteidigung
- Natur-, Eis- und Extremsport
- Eishockey
  - Eislaufen
  - Fallschirmspringen
  - Höhlenwandern
  - Inline-Skates und Rollschuhe
  - Klettern
  - Mountainbiken
  - Para- und Hängegleiten
  - Rodeln
  - Schlittschuhlaufen
  - Schneeschuhwandern
  - Skateboard
  - Ski und Snowboard
- Schlägersportarten
- Badminton
  - Federball
  - Squash
  - Tischtennis
  - Tennis

### Tanzsport\*)

- Ballett
- Boogie-Woogie
- Historische Tänze und Folklore
- Jazz und Modern Dance
- Lateinamerikanische Tänze
- Rock 'n' Roll
- Standardtänze
- Volkstanz

### Teamsport

- American Football
- Baseball
- Basketball
- Boccia
- Curling
- Fahr sport (Pferde)
- Faustball
- Fives
- Fußball
- Handball
- Hockey

- Hurling und Camogie
- Indiac
- Kabaddi
- Korfball
- Krieket
- Lacrosse
- Netball
- Polo
- Prellball
- Rugby
- Softball
- Stoolball
- Streetball
- Tschuckball
- Ultimate
- Volleyball

### Wassersport

- Drachenbootfahren
- Gerätetauchen
- Paddeln
- Rudern und Skullen
- Schnorcheln
- Schwimmen
- Segeln
- Synchronschwimmen
- Tauchen
- Wasserball („Wasserpolo“)
- Wasserskifahren
- Wellenreiten
- Windsurfen

\*) Majorette und Gardetanz unter Talente