



## Angebot freiwilliger Schulsport

**1. Semester  
Schuljahr  
2025/2026**

### **Zeitpunkt der Durchführung**

Die Kurse beginnen in der ersten Schulwoche nach den Sommerferien und dauern bis zu den Sportferien 2026.  
(Ausnahmen siehe Ausschreibungstext!)



### **Kosten**

Fr. 40.-- für Kurse à 60 Minuten

Fr. 50.-- für Kurse à 90 Minuten.

Der entsprechende Betrag muss **am ersten Kurstag** abgegeben werden.



### **Wichtig zu wissen**

- Der Eintritt in die verschiedenen Kurse ist nach Absprache mit den Kursleiterinnen und Kursleiter auch später möglich.
- Die Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmenden.
- Bei einer ungenügenden Anzahl an Anmeldungen behalten wir uns vor, den Kurs abzusagen.
- Bei zu vielen Anmeldungen behalten wir uns vor, den Teilnehmenden nach Anmeldungseingang abzusagen.



**Jetzt bis am 3. August online anmelden!**



*Viel Spass!*

## Unsere Kurse:

**Badminton** Badminton, Fit und Fun. Weltklassespieler und Spieler und der ehemalige Nati Trainer der Schweiz Donovan Cuntapay, bringen dir Badminton bei.

6 - 16 Jahre: Mittwoch, 13.00 Uhr-14.30 Uhr /  
Donnerstag, 16.00 Uhr - 17.30 Uhr  
Freitag, 14.00 Uhr -15.30 Uhr  
Ort: So-Activesportzentrum,  
Hans Huberstrasse 43, 4500 Solothurn  
Leitung: Donovan Cuntapay, ☎ 076 412 97 83  
Mail : [info@so-activesportzentrum.ch](mailto:info@so-activesportzentrum.ch)

---

**Ballspiele** Wir lernen verschiedene Ballsportarten kennen und schulen kognitive und koordinative Kompetenzen. Im Team werden wir sowohl gewinnen als auch verlieren und dabei viel Freude miteinander haben. Lasst uns spielen!

ab 1. Klasse: Mittwoch 15.00 Uhr – 16.00 Uhr  
Ort: Turnhalle Schulhaus Brühl  
Leitung: Marion Köstel  
☎ 076 595 10 50 / [marion\\_koestel@web.de](mailto:marion_koestel@web.de)

---

**Basketball** Minibasketball Einsteigerkurs

1.-2. Klasse Mittwoch, 16.00 –17.00 Uhr

Knaben und Mädchen

Ort

Hermesbühl Halle B, U8

Leitung

Thijs Breederland

☎ 078 810 50 87/ [thijsbreederland@gmail.com](mailto:thijsbreederland@gmail.com)

Minibasketball Einsteigerkurs

1.-2. Klasse

Dienstag, 17.00 –18.00 Uhr

Knaben und Mädchen

Ort

Hermesbühl Halle B, U8

Leitung

Jonathan Sunarjo ☎ 076 504 04 77.

Minibasketball Einsteigerkurs

3.-4. Klasse:

Mittwoch 16.00 Uhr – 17.00 Uhr

Knaben und Mädchen

Ort:

Hermesbühl Halle B, U10

Leitung:

Thijs Breederland

☎ 078 810 50 87/ [thijsbreederland@gmail.com](mailto:thijsbreederland@gmail.com)

4.-5.Klasse:

Mittwoch 17.00 Uhr – 18.15 Uhr

Knaben und Mädchen

Ort:

Hermesbühl Halle B, U12

Leitung:

Thijs Breederland

☎ 078 810 50 87/ [thijsbreederland@gmail.com](mailto:thijsbreederland@gmail.com)

## Basketball

5.-6. Klasse:  
Knaben und Mädchen  
Ort:  
Leitung:

Mittwoch 16.45 Uhr – 18.00 Uhr

Hermesbühl Halle A

Chris Lorenz

☎ 079 220 56 66 / [lorenz.christopher@web.de](mailto:lorenz.christopher@web.de)

7.-9. Klasse Mädchen:  
Ort:  
Leitung:

Donnerstag 18.30 Uhr -20.00 Uhr

Kantonsschule

Cedric Kammermann

☎ 079 277 05 33 /

[c.kammermann@coachingcentral.ch](mailto:c.kammermann@coachingcentral.ch)

5.-9. Klasse Mädchen:  
Ort:  
Leitung:

Montag, 17.00 Uhr – 18.30 Uhr,

Hermesbühl Halle B

Cedric Kammermann

☎ 079 277 05 33 /

[c.kammermann@coachingcentral.ch](mailto:c.kammermann@coachingcentral.ch)

---

## Bogen- schossen

Traditionelles und Dynamisches Bogenschiessen.  
Feinmotorik, Fingerfertigkeit, Fokus, Kraft, Balance, Selbstvertrauen.  
[www.triskel-archery.ch](http://www.triskel-archery.ch)

Ab 8 Jahren:  
Ort:

Mittwoch 14.00 Uhr – 15.00 Uhr

Henzihof (Brühlgrabenstrasse 5, Solothurn)

Indoor bei jedem Wetter!

Leitung:

Lino Dutoit

☎ 079 726 50 95 / [triskel-archery@hotmail.com](mailto:triskel-archery@hotmail.com)

*Wegen dem hohen Materialverschleiss wird vom Trainer ein zusätzlicher  
Unkostenbeitrag von 30 Franken/Kind erhoben.*

---

## Capoeira

Capoeira ist eine Kampfsportart verbunden mit Musik aus Brasilien. Diese  
Kampfsportart verbessert die Reaktionsfähigkeit, die Konzentrationsfähigkeit und  
Geduld. Die Kinder werden ausgeglichen, fröhlich und motiviert.  
[www.capoeirasolothurn.ch](http://www.capoeirasolothurn.ch)

KG-2.Klasse:  
Ort:  
Leitung:

Dienstag 18.00 Uhr - 19.00 Uhr

Turnhalle Wildbach

José Marcio Stadler

☎ 077 425 72 89 / [grupocapoeiradabahia@gmail.com](mailto:grupocapoeiradabahia@gmail.com)

3.-6.Klasse:  
Ort:  
Leitung:

Donnerstag 17.30 Uhr - 18.30 Uhr

Turnhalle Wildbach

José Marcio Stadler

☎ 077 425 72 89 / [grupocapoeiradabahia@gmail.com](mailto:grupocapoeiradabahia@gmail.com)

7.-9. Klasse  
Ort:  
Leitung:

Donnerstag 18.30 Uhr – 19.30 Uhr,

Turnhalle Wildbach

José Marcio Stadler

☎ 077 425 72 89 / [grupocapoeiradabahia@gmail.com](mailto:grupocapoeiradabahia@gmail.com)

<b>Handball</b>	5.-6. Klasse:	Montag 17.15 Uhr – 19.00 Uhr
	Ort:	Turnhalle Schützenmatt
	Leitung:	David Schenk ☎ 079 964 54 31 / <a href="mailto:schenkdauid@hotmail.com">schenkdauid@hotmail.com</a>
	7.- 8. Klasse:	Freitag 17.45 Uhr – 19.30 Uhr,
	Ort:	Turnhalle Schützenmatt
	Leitung:	Yves Leisi, Alina Lohm ☎ 078 649 14 53 / <a href="mailto:yvesleisi@gmail.com">yvesleisi@gmail.com</a>
	5.-7. Klasse (Mädchen):	Dienstag 18:00 Uhr - 19:30 Uhr
	Ort:	3-Fach Turnhalle, Sportzentrum Zuchwil
	Leitung:	Alina Lohm ☎ 079 153 48 85 / <a href="mailto:alina@lohm.ch">alina@lohm.ch</a>

---

<b>Kanu</b>	4.-9. Klasse:	Dienstag 18.00 Uhr – 19.30 Uhr.
	Ort:	Regiobank Kanuzentrum (Bürenstrasse 74), vis-à-vis Badi Solothurn
	Mitnehmen:	Badezeug, Sportsachen/Thermoshirt (Skiunterwäsche), Regenjacke und -hose. Wechselkleider mitnehmen - alle Kleider werden nass!
	Leitung:	Evelyn Merklin <a href="mailto:kinder-kurse@solothurner-kajakfahrer.ch">kinder-kurse@solothurner-kajakfahrer.ch</a>

*Dieser Kurs startet erst am Dienstag, 19. August und wird bis zu den Herbstferien 6 x durchgeführt!* <https://www.solothurner-kajakfahrer.ch/kurse>

---

<b>Karate</b>	Einführung in die Kampfkunst des Karate-Do. Karate-Do fördert und verbessert Konzentration, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Disziplin, Selbstvertrauen und Willensstärke. Wir trainieren den traditionellen Karate-Stil Fudokan. Karate-Do beginnt mit Respekt und endet mit Respekt.	
	1.-9. Klasse:	Mittwoch 17.00 Uhr – 18.00 Uhr
	Ort:	Turnhalle Schützenmatt 2
	Leitung:	Branko Pavlovic: ☎ 078 884 50 59 / <a href="mailto:info@karate-wt.ch">info@karate-wt.ch</a>

---

<b>Lacrosse</b>	Aufregende und actionreiche Sportart im Schulsport erleben!	
	4.-9. Klasse:	Mittwoch 18.00 Uhr – 19.30 Uhr
	Ort:	Sportplatz mittleres Brühl, bzw. im Winter in der Kantonsschule Solothurn
	Leitung:	Lukas Heri, ☎ 079 512 16 07 / <a href="mailto:president@solax.ch">president@solax.ch</a>

---

**Minihandball Ballspiele** Polysportiv. Motorische Grundfertigkeiten für Kinder. Grundlagentraining für alle Ballsportarten!

	1.-2. Klasse:	Dienstag 17.15 Uhr– 18.45 Uhr
	Ort:	So Active Sporthalle
	Leitung:	Joschka Zysset, ☎ 079 515 49 25 / <a href="mailto:minihandball@tvsolothurn.ch">minihandball@tvsolothurn.ch</a>

---

**Minihandball** 3.-4. Klasse: Dienstag 17.15 Uhr – 18.45 Uhr  
Ort: So Active Sporthalle  
Leitung: Gina Rizzoli  
☎ 076 344 37 77 / [minihandball@tvsolothurn.ch](mailto:minihandball@tvsolothurn.ch)

---

**Polysportiv** Wir erfahren spielerisch Bewegungsgrundformen wie Laufen, Springen, Balancieren, Werfen, Fangen, Rutschen, Gleiten, Rollen, Drehen, Klettern, Stützen..., die die Basis für vielerlei Sportarten bilden. Durch kreative Übungen und Spiele haben wir viel Spass dabei.

KG bis und mit 2. Klasse: Mittwoch 14.00 Uhr - 15.00 Uhr und 16.00- 17.00 Uhr,  
Ort: Turnhalle Schulhaus Brühl  
Leitung: Marion Köstel,  
☎ 076 595 10 50 / [marion\\_koestel@web.de](mailto:marion_koestel@web.de)

KG bis und mit 2. Klasse: Donnerstag 15.30-16.30 Uhr und 16.30- 17.30 Uhr  
Ort: Turnhalle Schulhaus Schützenmatt  
Leitung: Marion Köstel  
☎ 076 595 10 50 / Mail: [marion\\_koestel@web.de](mailto:marion_koestel@web.de)

Bewegung spielerisch erfahren, auch mit Bewegungslandschaften. Wir spielen, klettern, balancieren, werfen, fangen... – haben viel Spass miteinander 😊

KG bis und mit 4. Klasse: Mittwoch 15.45 Uhr - 16.45 Uhr  
Ort: Turnhalle Vorstadtschulhaus  
Leitung: Heike Merklin, Evelyn Merklin & Michelle Merklin  
☎ 032 618 05 21 / [heike.merklin@stadtschulen.ch](mailto:heike.merklin@stadtschulen.ch)

---

**Spiel und Spass in der Turnhalle** Wir spielen häufig Fussball, aber auch Sitzball, 15/14, Burgenschlachten und andere Spiele. Die Kinder im Kurs dürfen sich Spiele wünschen.  
Uns wird bestimmt nicht langweilig 😊!

1.- 4 Klasse: Mittwoch 16.45 Uhr -17.45 Uhr  
Ort: Turnhalle Vorstadtschulhaus  
Leitung: Heike Merklin, Evelyn Merklin & Michelle Merklin  
☎ 032 618 05 21 / [heike.merklin@stadtschulen.ch](mailto:heike.merklin@stadtschulen.ch)

---

**Spiel und Spass mit dem Ball** Spass mit dem Ball steht im Mittelpunkt sowie das Sammeln vielfältiger Erfahrungen mit den verschiedensten Bällen. Wir werden typische Ballsportarten ausprobieren, aber auch neue Spiele kennenlernen. Lass dich überraschen 😊.

3.- 6. Klasse: Mittwoch 17.45 Uhr - 18.45 Uhr  
Ort: Turnhalle Vorstadtschulhaus  
Leitung: Heike Merklin, Evelyn Merklin & Michelle Merklin  
☎ 032 618 05 21 / [heike.merklin@stadtschulen.ch](mailto:heike.merklin@stadtschulen.ch)

---

## Tanzen

### Street-Jazz- Dance / New Dance:

Beginner ab 7 Jahren:  
Fortgeschrittene 1+2:

Ort:

Leitung:

Mittwoch, 16.30 Uhr – 17.30 Uhr  
Dienstag, 17.00 Uhr – 18.00 Uhr  
Donnerstag 17.00 Uhr – 18.00 Uhr

Tanzschule Tschui,  
Hans Huberstrasse 38, Solothurn  
Sonja Tschui

☎ 079 222 47 50 / [info@tanz-tschui.ch](mailto:info@tanz-tschui.ch)

---

## Tennis

Anfängerkurs!  
1.- 5. Klasse/6.- 9. Klasse,

Ort:

Mitnehmen:

Leitung:

Mittwochnachmittag

So Active Sportcenter Solothurn

Trainer, Turnschuhe, T-Shirt, Shorts. Schläger werden  
zur Verfügung gestellt.

Thomas Gerber

☎ 079 280 50 21 / [gerber-tennis@gmx.ch](mailto:gerber-tennis@gmx.ch)

---

*Achtung dieser Kurs dauert nur 4x bis zu den Herbstferien!*

---

## Triathlon

Probierst du gern Neues aus und magst es, unterschiedliche Bewegungsformen zu entdecken? Zusammen lernen wir den Triathlon-Sport mit Spielen, Stafetten, Entdeckungsfreude und Teamgeist kennen. Du brauchst keine Vorkenntnisse. Wir freuen uns auf dich und darauf, uns auf den Beinen, zwei Rädern und im Wasser sicher und mit Freude zu bewegen.

5. – 6. Klasse:

Ort:

Leitung:

Material:

Dienstag, 17.15 Uhr bis 18.15 Uhr

Widitreff (Clubhaus TriMeca Performance Team),  
Widistrasse 27, 4528 Zuchwil

Christian Bucher

☎ 079 738 53 18 / [info@trimeca.ch](mailto:info@trimeca.ch)

Turnschuhe, fahrtaugliches Velo, ab und zu  
Badezeug.

---

## Vinyasa- Yoga

Alle Levels:

Ort:

Leitung:

Mittwoch 17.30 Uhr – 18.30 Uhr

Tanzschule Tschui

Hans Huberstrasse 38, 4500 Solothurn

Sonja Tschui

☎ 079 222 47 50 / [info@tanz-tschui.ch](mailto:info@tanz-tschui.ch)

---

## Volleyball

4.-9.Klasse:

Ort:

Leitung:

Freitag 15.45 Uhr – 17.15 Uhr,

Hermesbühl Halle A

Corina Suter

☎ 077 401 68 24 / [corina@zeltnerweg9.ch](mailto:corina@zeltnerweg9.ch)

---