

Hier findest Du Deine

Freizeitkurse

Montag

Sport für Mädchen

16:45 - 18:00 Uhr
nsi Sporthalle

Judo

17:30 - 19:00 Uhr
Utholm-Halle

Reiten

ab 18:30 / 19:15 Uhr
Reitstall

Fußball

18:45 - 20:00 Uhr
nsi Sporthalle

Chrystal Biology

19:00 - 21:00 Uhr
alle 2 Wochen
Werkraum im
Creativ-Zentrum

Dienstag

Drawing Attention

16:30 - 18:00 Uhr
Atelier

Badminton

16:45 - 18:00 Uhr
nsi Sporthalle

Schwimmen

ab 17:00 Uhr
Dünen-Therme

Tanzen Jazz bis Modern

19:30 - 20:30 Uhr
Theatersaal

Mittwoch

Zirkus

14:00 - 15:30 Uhr
nsi Sporthalle

Laufen

16:45 - 17:30 Uhr
vor dem Heidehaus

Judo

17:30 - 19:00 Uhr
Utholm-Halle

Yoga für Jungs

18:30 - 19:30 Uhr
Theatersaal

Basketball

19:30 Uhr - open end
nsi Sporthalle

Yoga für Mädchen

19:30 - 20:30 Uhr
Theatersaal

Donnerstag

Projekt Schülercafé

16:30 - 18:00 Uhr
ehemaliges P-Haus

Rhetorik

16:30 - 18:00 Uhr
Werkraum im
Creativ-Zentrum

Theater

18:00 - 19:30 Uhr
Theatersaal

Tanzkurs

19:30 - 21:00 Uhr
Theatersaal

Tischtennis

19:30 - 21:00 Uhr
nsi Sporthalle

Freitag

Haussprecher

16:00 - 18:00 Uhr
alle 2 Wochen
Verwaltung

Samstag & Sonntag

Ausflüge & individuelle Freizeit

Internatswochenende
heißt bei uns Aktions-
Wochenende:

LAN-Party, Klettern,
Strandtag, Kart-Fahren,
Kanutour, Segelwochen-
ende, Heidepark, Snow
Dome uvm.

Backen

10:00 - 12:00 Uhr
sonntags
alle 2 Wochen
Dünenhaus

Individuelle Kurse

Musikunterricht

nach Absprache
montags bis donnerstags
Creativ-Zentrum

Golf

nach Absprache
Golfclub Open County

Fitness

täglich
individuelle Einweisung
durch einen Tutor
Kraftraum Deichhaus

Nordsee-Internat

Wir wünschen Euch viel Spaß!

