



Ein herzliches Willkommen für alle Schülerinnen und Schüler und vor allem einen guten Start für unsere Neuen 😊 Wir hoffen, Ihr hattet schöne und erlebnisreiche Sommerferien !

Informationen der Schulleitung

Newsletter

Ab sofort verschicken wir **monatlich** einen Newsletter „JFK Aktuell“. Er soll sich zum zentralen Kommunikationsmedium für ALLE entwickeln (Schulleitung – Fachbereiche - SV - Elternvertreter). Beiträge werden gesendet an:

luebke1@rs-kennedy.de oder werther@rs-kennedy.de

Unterricht

Am 25.08.2022 und 26.08.2022 findet der Unterricht von der 1. - 5. Stunde statt.
Vom 29.08.2022 bis 01.09.2022 führen wir unsere Projektwoche „Starke Schule – Starke Schüler“ durch.

Testungen / Masken:

Wir empfehlen dringend, dass alle Schülerinnen und Schüler getestet in die Schule kommen. Tests sind freiwillig und werden bei Bedarf von uns ausgegeben. Bitte den Bedarf bei der Klassenlehrkraft anmelden. Es besteht auch keine Maskenpflicht. Auch hier gilt unsere Empfehlung, eine Maske zu tragen.



Hitze

Da das sehr sommerliche Wetter in den kommenden Tagen anhalten soll, denken bitte alle daran, ausreichend zu trinken. Leichte Kleidung ist dringend erforderlich.

Toilettenbenutzung

Alle Schülerinnen und Schüler denken bitte daran, dass die **Toiletten keine Daueraufenthaltsplätze** sind und sie nicht vorsätzlich massiv beschmutzt und verunreinigt werden. Der- oder diejenigen, die nach mir kommen, möchten auch auf eine saubere Toilette gehen.

Stadtradeln

Es findet in Braunschweig vom 04.09. - 24.09.22 statt. Schüler/innen, Lehrkräfte und Eltern können gern in unserem Team teilnehmen. Unser Team-Name lautet

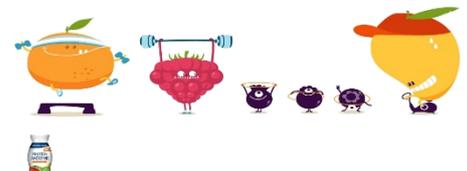
RS J.F.Kennedy Platz Braunschweig

Eine Eltern/Schülermail, in der erklärt wird, wie man sich anmeldet, folgt noch.

Mareike Herold

Fitness-Übung des Monats August

Führe folgende Übung ein- bis dreimal die Woche aus. Wähle Dir möglichst eine feste Zeit in der Woche aus, es geht aber auch problemlos zwischendurch. Nimm dir aber die Zeit!



Wandliegestütze

<https://virtuagym.com/de/activities/push-up-wall-narrow>

Ausführung

- Schulterbreiter Stand
- Körperspannung
- Hände auf Schulterhöhe an die Wand legen
- Abstand zur Wand und Abstände der Hände vereinfachen oder erschweren die Übung.

Es gilt

Je enger die Hände, desto schwieriger die Übung!

- Wähle deine Position so, dass du mindestens 10 Wiederholungen schaffst.
- Mache drei Durchgänge und dazwischen eine Pause von ca. einer Minute!