



BildungsCampus  
**Flora Fries** AHS

# unverbindliche Übungen

Schuljahr 2025/26





## Liebe Schüler:innen!

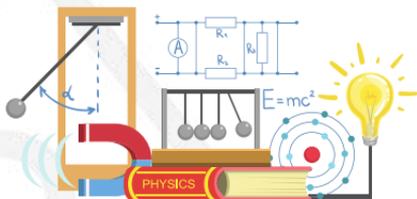
Folgende Übersicht soll die Entscheidung erleichtern, aus dem vielfältigen Angebot unserer unverbindlichen Übungen zu wählen.

- **Anmeldeformulare** bekommt ihr von eurer/eurem Klassenvorstand/vorständin und sind **bis Freitag 05. 09. 2025 abzugeben.**

**PS:** Einmal angemeldet seid ihr mit dabei für das ganze Schuljahr.



# PHYSIK OLYMPIADE



Hast du Spaß am Rechnen und Probleme lösen?  
Du würdest gerne einmal einen alten Fernseher zerlegen, mit flüssigen Stickstoff experimentieren oder Modelle für unseren 3d Drucker zeichnen?  
Komm in die Physikolympiade!

**Leitung:** FRE/GRI

**Klasse:** 4. - 8. Klassen

**Termin:** nach Vereinbarung



## Darstellendes Spiel



*Theater ist viel mehr als nur Text aufsagen.  
Theater ist Leidenschaft. Theater ist Abenteuer.  
Theater heißt: gemeinsam Geschichten erzählen,  
Gefühle sichtbar machen, andere Welten entdecken –  
und dabei vielleicht auch sich selbst ein Stück besser  
kennenlernen.*

*In unserer Unverbindlichen Übung „Darstellendes  
Spiel“ tauchst du ein in die faszinierende Welt des  
Theaters. Hier darfst du sein, wer oder was du willst:  
eine mutige Heldin, eine listige Schurkin, ein  
verträumter Dichter oder ein sprechender Baum.  
Du entscheidest!*

**Leitung:** END/NOV

**Klasse:** 1. - 4. Klassen

**Termin:** Mittwoch 8. + 9. Stunde  
(A-Wochen)



# Schulchor



Let's sing together! Der Spaß am gemeinsamen Singen kommt bei unseren Proben nicht zu kurz. Die Auftritte beim Adventkonzert und dem Kreativabend im Juni zählen zu den Höhepunkten unseres Chorjahres.



**Leitung: MIE**

**Termin: Dienstag 8. Stunde**

# KREATIV 3. Klassen



In der Unverbindlichen Übung Kreativ werden wir mit diversen Materialien (Ton, Papier, Textilien, ...) arbeiten und verschiedene Techniken ausprobieren. Ich freue mich auf kreative Stunden mit euch.



**Leitung:** PLA

**Klasse:** 3. Klassen

**Termin:** Donnerstag 9.& 10. Stunde  
(B-Woche)





# Schulband

Du spielst ein Instrument oder du singst? Du wolltest schon immer in einer Band spielen? Dann bist du bei uns genau richtig. Wir spielen bei vielen schulischen Anlässen (Schulmessen, Kreativabend) und proben regelmäßig coole Songs.

**Leitung:** NOW/PEG

**Klasse:** alle (du solltest aber bereits ein Instrument spielen oder singen)

**Termin:** Mittwoch 8.+9. Stunde  
(A-Woche)





# Klavier

Du möchtest Klavier spielen lernen oder deine Fertigkeiten verbessern? Hier bist du richtig.



**Leitung:** NOW

**Klasse:** alle Klassen der AHS

**Termin:** nach Vereinbarung



# Peer-Mediation

Make:Peace!

Verhalten in Konfliktsituationen,  
Gesprächstechniken und Ausbildung zum/zur Peer  
Mediator\_in (= Streitschlichter\_in)  
schultypenübergreifend mit HAS und HAK-AUL

**Leitung: RIL/MIE**

**Klasse:** ab der 5. Klasse AHS

**Termine:**

**Grundausbildung (5. Kl.):** Mi. 24.9., 15.10., 26.11.,  
17.12.25, 21.1., 4.3., 25.3.26 (ca.14-17:30 Uhr)

**Intensivausbildung (6.-8. Kl.):** nach Vereinbarung -  
zweistündiges Seminar einmal im Monat

**Freiwillige Outdoor-Seminare für alle Peers Mi.,  
15.4., 22.4., 6.5.**





# Kochen

Bist du zwischen 12 und 18 Jahre alt und hast Lust, die Welt durch den Kochtopf zu entdecken? Dann komm zu unserem monatlichen Kochkurs! Gemeinsam reisen wir kulinarisch um die Welt und lernen dabei nicht nur Grundkenntnisse des Kochens, sondern auch die kreative und gesunde Küche kennen. Hier kannst du mit deinen Freundinnen und Freunden neue Geschmackswelten erkunden und zusammen Spaß haben. Entdecke deine kreative Seite in der Küche und erlebe, wie einfach es ist, leckere und gesunde Gerichte selbst zu zaubern!



**Leitung:** MAV

**Klasse:** ab 3. Klasse

**Termin:** geblockt nach Vereinbarung



# Digital Media Lab



## Kreative Denker von Morgen

Im Digital Media Lab treffen Kreativität und Technik aufeinander: Hier gestaltest du mit Canva professionelle Designs – von Social-Media-Grafiken bis hin zu Präsentationen oder Videos – ganz einfach und intuitiv. Du kannst spielerisch Programmieren lernen, eigene Chatbots oder digitale Kunstwerke entwickeln und Coding kreativ einsetzen. Zusätzlich bietet das Lab die perfekte Umgebung, um deinen eigenen Podcast zu erstellen: vom Planen, Aufnehmen und Schneiden bis zur Veröffentlichung, unterstützt durch moderne Technik und Expertenwissen. Ob Design, Coding oder Podcast – im Digital Media Lab werden deine Ideen lebendig und zu beeindruckenden Projekten, die Spaß machen und Zukunft gestalten.

**Leitung:** MAY/ALB

**Klasse:** alle

**Termin:** Mittwoch 8.+9. Stunde  
(A-Wochen)



## ABA Abschließende Arbeit

In der unverbindlichen Übung Abschließende Arbeit (ABA) bekommt ihr die nötige Unterstützung für eure große Abschlussarbeit im Rahmen der Reifeprüfung. Ihr könnt dabei zwischen einem forschenden, gestalterischen oder künstlerischen Zugang wählen – je nachdem, wie ihr am liebsten arbeitet. Gemeinsam klären wir in der UÜ, wie man von einer vagen Idee zu einem brauchbaren Thema (und BetreuerIn ) kommt, wie man Literatur findet, die mehr bringt als die erste Google-Seite, und wie man richtig zitiert – ohne dass Turnitin meckert. Außerdem gibt's Tipps fürs Zeitmanagement, damit die Arbeit nicht erst in einer legendären Nachtschicht entsteht. Am Ende habt ihr das nötige Handwerkszeug um den ersten Teil der Matura meistern zu können. Können wir das schaffen? Yo, wir schaffen das!



**Leitung:** FIL

**Klasse:** 7. Klassen AHS

**Termin:** Freitag, 6. Stunde



# SCHACH



Trainiere dein Denkvermögen, erlerne neue Taktiken und begib dich in spannende Duelle auf dem Schachbrett!

„Für mich ist Schach kein Spiel, sondern eine Kunst.“ (Aleksandr Aljechin, Schachweltmeister)



**Leitung: GIM**

**Klasse: alle Klassen der AHS**

**Termin: Donnerstag 7. Stunde**

# Basketball



LeBron James, Nicola Jokic, Luka Doncic, Steph Curry, Caitlin Clark und Breanna Stewart sind deine Vorbilder?

Dann komme in die Trainingsstunden unserer Teams und werde Teil der Basketball Community des Bildungscampus Flora Fries.



**Leitung: HOW**

**Basketball I:** Mädchen/Burschen 1./2. Kl., Do, 10. Stunde

**Basketball II:** Mädchen/Burschen 3. bis 8. Kl., Do, 11. Stunde

# Fußball



Real Madrid, FC Barcelona, Bayern München,... wer sind DIE schon!!! Hast du Spaß am Fußball, dann bist du bei uns genau richtig. Denn eine Woche ohne Fußball, ist eine verlorene Woche.

Auf eine tolle Saison freut sich Prof. Horak



**Leitung:** HOR

**Klasse:** alle Klassen der AHS

**Termin:** Dienstag, 10.+11. Stunde



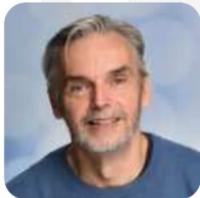
# Volleyball



Wenn du Lust hast dich zu bewegen, aber Fußball nicht deins ist, dann solltest du dich schnell für Volleyball anmelden. Die Regeln sind einfach, der Ball muss über das Netz und schon kann es losgehen.

Auf Grund der großen Nachfrage der letzten Jahre, sind die Plätze aber leider begrenzt.

Auf eine lustige Saison freut sich Prof. Hofer



**Leitung:** HOW

**Klasse:** alle Klassen der AHS

**Termin:** Donnerstag, 9. Stunde

## Boden- & Geräteturnen



Turnbegeisterte aufgepasst - auch heuer gibt es eine unverbindliche Übung „Boden und Geräteturnen“! Du möchtest deine turnerischen Fähigkeiten erweitern, neue Herausforderungen meistern und dabei eine Menge Spaß haben? Dann komm (wieder) vorbei - Egal, ob du bereits Erfahrungen im Turnen hast oder ganz neu einsteigst - dieser Kurs bietet dir die perfekte Gelegenheit nicht nur dein Können sondern auch deine allgemeine Fitness zu verbessern. Melde dich schnell an, bevor die Plätze weg sind - sonst verpasst du den Sprung aufs Gerät!



**Leitung: FIL**

**Klasse:** alle Klassen der AHS

**Termin:** Donnerstag, 10. + 11. Stunde  
(zweiwöchig geblockt) (A-Wochen)