

# Journées sportives d'hiver 2025

## Wintersporttage 2025



ALTIVS FORTIVS DVCKIVS



# Organisation

- ▶ du mercredi 26 au vendredi 28 février 2025
- ▶ vom Mittwoch, 26. bis am Freitag, 28. Februar 2025

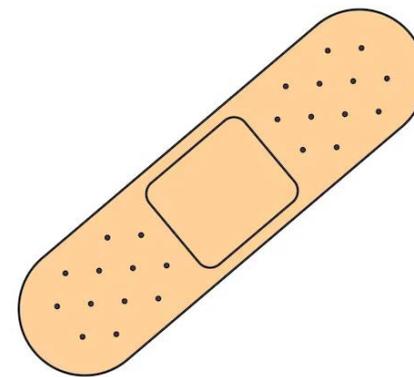
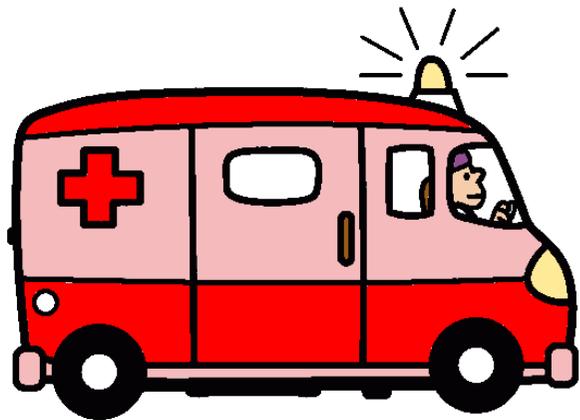




- ▶ Activités hors du collège: uniquement **avec les transports publics**
- ▶ Activités au collège: déplacement comme d'habitude
- ▶ Aktivitäten ausserhalb des Gymnasiums: ausschliesslich **mit öffentlichen Verkehrsmitteln**
- ▶ Aktivitäten im Gymnasium: wie gewohnt



- ▶ **Annoncez-vous « Absent(e) » sur **ISA****  
(comme lors d'une journée de classe normale)
- ▶ **Melden Sie sich als « Abwesend » auf **ISA** an** (wie an einem normalen Schultag)



- ▶ Si vous ne pouvez plus prendre part à votre activité pour raisons médicales (blessure), vous devez aussitôt intégrer le PROGRAMME CULTUREL.
- ▶ Wenn Sie aus medizinischen Gründen (Verletzung) nicht mehr an Ihrer Aktivität teilnehmen können, müssen Sie sofort in das KULTURELLES PROGRAMM einsteigen.

# Activités en hiver / Aktivitäten im Winter

- Camp de ski / snowboard
- Tennis - badminton - squash
- Danse Hip Hop
- Polysport
- Fitness
- Randonnée avec le thème « photographie » / Wandern  
mit dem Thema « Fotografie »
- Selfdéfense « femmes » / Selbstverteidigung « Frauen »
- Pole-Sport & Aerial Hoop
- Escalade / Klettern
- Beachvolleyball
- Chessboxing
- Body & Mind
- Dive
- Acro-yoga & Balance
- Programme culturel / Kulturelles Programm



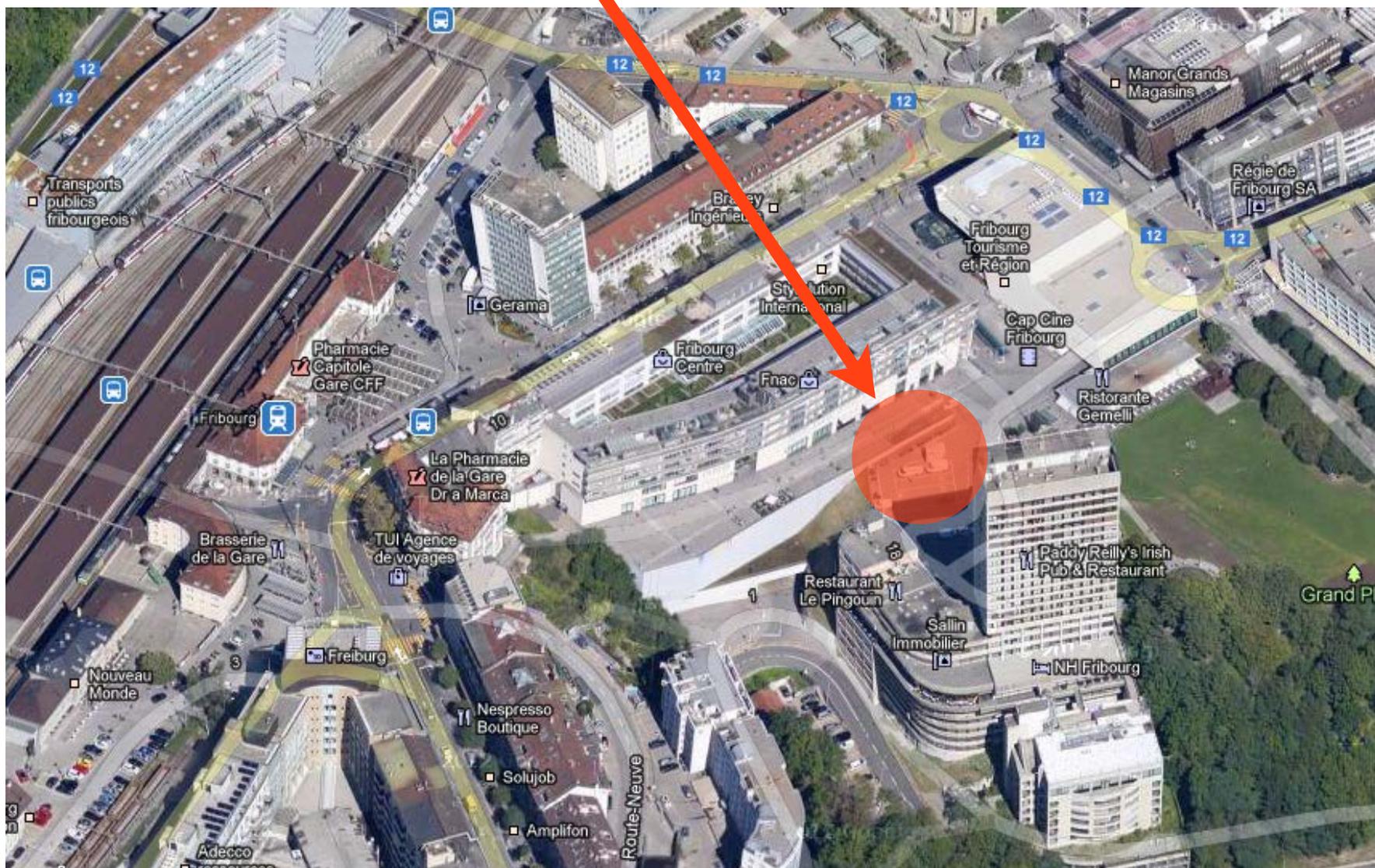
# Ski / Snowboard

- ▶ Formation de ski et snowboard / Ski- und Snowboardkurse
- ▶ Max. 118 élèves / Max. 118 Schüler (y compris moniteurs / einschliesslich der Leiter)
- ▶ Grindelwald
- ▶ 5-6 Sportlehrer / 5-6 professeurs de sport
- ▶ 11 moniteurs J+S / 11 Leiter mit J+S
- ▶ Location et organisation du matériel par les élèves (ski, snowboard) / Miete und Organisation des Materials durch die Schüler
- ▶ Programme/Programm:

1er jour / 1.Tag	2ème jour / 2.Tag	3ème jour /3.Tag
7h15-12h00 Tranport en car et formation des groupes de niveau / Anfahrt und Gruppenbildung	8h15 -12h00 Cours / Kurs	8h15 -12h00 Cours / Kurs
14h00 - 15h30 Cours / Kurs	14h00 - 15h30 Cours / Kurs	14h00 - 15h30 Cours / Kurs
16h00 -18h00 Prise des chambres / Zimmerbezug	16h00 -18h00 Libre / Frei	16h00 - 18h00 Retour en car / Heimfahrt

RDV / Treffpunkt: Grands-Places (Fribourg) à 7h00

«ski - snow»





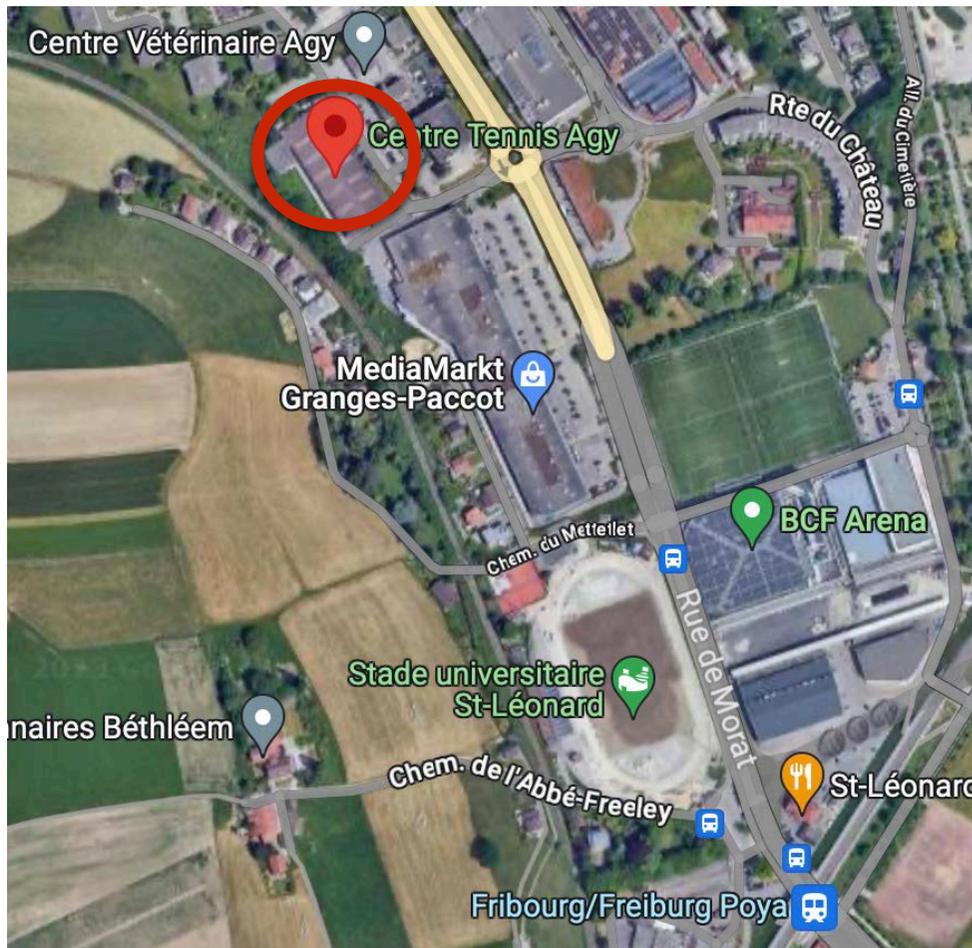
## Tennis – badminton – squash

- ▶ Travail technique et tactique dans les 3 sports de raquette / Technische und taktische Übungen in den 3 Schlägersportarten.
- ▶ Centre Tennis Agy (Granges-Paccot)
- ▶ Exercices, jeux et tournois / Übungen, Spiele und Turniere
- ▶ 1 moniteur / Leiter : Mme Andrey
- ▶ Matériel organisé par le collège (possible d'apporter sa propre raquette) / Material wird von der Schule organisiert (eigene Schläger können mitgebracht werden)

1er jour / 1.Tag	2ème jour / 2.Tag	3ème jour /3.Tag
9h00-10h30 Groupe 1: tennis Groupe 2: squash	9h00-10h30 Groupe 1: tennis Groupe 2: squash	9h00-12h00 Tournoi
10h45-12h00 Groupe 1: squash Groupe 2: tennis	10h45-12h00 Groupe 1: squash Groupe 2: tennis	
13h30-15h00 Badminton	13h30-15h00 Badminton	13h30-15h00 Tournoi



Plan d'accès



# Centre tennis Agy

Rte des Grives 1, 1763 Granges-Paccot

Bus numéro 1, direction « Portes-de-Fribourg », arrêt « Agy », puis 5 minutes à pied

**Fribourg/Freiburg ... Granges-Paccot, Agy**  
mercredi 26.02.2025

<b>B 1</b> Direction Granges-Pac ...	
3' <b>08:27</b>	<b>08:37</b>
Quai C	13 min
dès CHF 2.30	
<b>B 1</b> Direction Granges-Pac ...	
3' <b>08:35</b>	<b>08:45</b>
Quai C	13 min



# Fitness

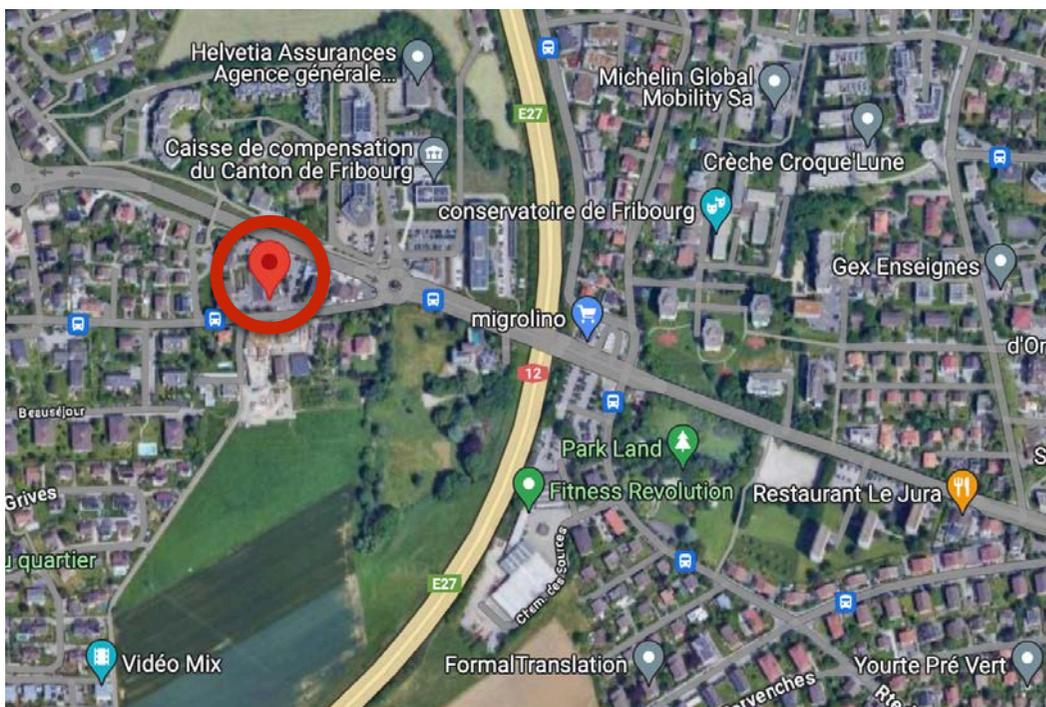
- ▶ Fitness (cardio, force, souplesse - machines) et diverses activités comme la Zumba, le Body Attack, Body Pump ou autres / Fitness (Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit - Geräte) und diverse Aktivitäten wie Zumba, Body Attack, Bodypump oder andere
- ▶ divers professionnels du Update Fitness / verschiedene Profis vom Update Fitness
- ▶ **Matériel:** linge pour protéger les machines de la transpiration, chaussures de salle, gourde / Badetuch zum Schutz der Maschinen vor Schweiss, Hallenschuhe, Trinkflasche
- ▶ Update Fitness, Givisiez
- ▶ Programme/Programm:

1er jour / 1.Tag	2ème jour / 2.Tag	3ème jour /3.Tag
<b>10h00-12h00</b> Cours Body Pump	9h00-10h30 Fitness (machines)	9h00-10h30 Fitness (machines)
	11h00-12h00h Cours Body Pump	11h00-12h00 Cours Zumba
13h00-14h00 Introduction aux machines	13h00-14h00 Cours CX/Body Attack	13h00-14h00 Cours Body Balance

## Plan d'accès Update Fitness

# Fitness

Rte du Château-d'Affry 6, 1762 Givisiez



**Fribourg/Freiburg ... Givisiez, Mont Carmel**  
mercredi 26.02.2025

- B 3** Direction Givisiez, Mont ...  
 3' 08:33 ————— 08:45  
 Quai C 15 min
- B 544** Direction Gletterens, ...  
 3' 08:37 ————— 08:41  
 Quai 22 7 min
- B 8** Direction Corminboeuf, ...  
 3' 08:44 ————— 08:50  
 Quai C 9 min

Depuis Fribourg Gare, prendre le bus **numéro 3** (direction « Givisiez Mont-Carmel »), le bus **numéro 8** (direction « Corminboeuf ») ou le bus **numéro 544** (direction « Gletterens, lac »). **Sortie à Mont-Carmel.** Ensuite, comptez 5 minutes à pied jusqu'au fitness.

« Fitness »



## Beachvolley

- Se familiariser avec la pratique du volley sur le sable, apprendre les règles spécifiques au Beachvolley, retravailler les gestes de base, apprendre les gestes techniques spécifiques, organiser une attaque, découvrir les différents systèmes défensifs / Einführung in das Volleyballspiel auf Sand, kennen lernen der spezifischen Beachvolleyballregeln, Grundtechniken vertiefen, spezifische Beachvolleytechniken erarbeiten, Angriffe konstruieren und Abwehrsysteme einprägen
- 1 spécialiste / Spezialist (M. Romain Guillet)
- Ins: les élèves rejoignent Ins en transports publics et à leurs propres frais / Die SuS fahren mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und auf eigene Kosten nach Ins.
- Pause de midi: prendre un pic-nic (magasin Lidl à côté) / Mittagspause: Picknick mitnehmen (Lidl Geschäft daneben)
- Programme/Programm:

	1er jour / 1.Tag	2ème jour / 2.Tag	3ème jour / 3.Tag
9h - 12h	Passe haute / manchette / jeu Pässe / Manchette / Spiel	Smash / Service - Jeu Smash / Aufschlag - Spiel	Système de bloc et tactique - tournoi Blocksystem und Taktik - Turnier
13h - 14h30	Tournoi 6:6 Turnier 6:6	Tournoi 4:4 avec règles spéciales / Turnier 4:4 mit spez. Regeln	Tournoi 3:3 avec règles spéciales / Turnier 3:3 mit spez. Regeln



Plan d'accès  
BeachIN Ins

Beachvolley

Zug von Fribourg / Train de Fribourg

Hinfahrt: ab Fribourg um 7h47 Uhr (Richtung Neuchâtel),  
Ankunft in Ins um 8h27 /  
Aller: 7h47 de Fribourg (direction Neuchâtel), arrivée vers 8h27  
à Ins  
Rückfahrt: ab Ins um 14h59, Ankunft in Fribourg um 15h43.  
Retour: Ins à 14h59, arrivée vers 15h43 à Fribourg.

**Fribourg/Freiburg → Ins**

mercredi 26.02.2025

**S20** Direction Neuchâtel

07:47 ————— 08:27

Voie 4 40 min





## Escalade / Klettern

- ▶ Apprendre les aspects de sécurité et les gestes d'escalade de base / Erlernen der Kletter- und Sicherungstechniken zum selbständigen Nach- und Vorstiegsklettern
- ▶ Moniteurs d'escalade / mit Kletternleitern ([grimper.ch](http://grimper.ch) / Bloczone)
- ▶ Matériel inclus / Miete Material inbegriffen
- ▶ Pause de midi: prendre un pique-nique ou Snack Bar à Bloczone / Mittagspause: Picknick mitnehmen oder Snack Bar in Bloczone
- ▶ Les élèves paient le transport eux-même et rejoignent Bloczone par eux-mêmes / Die Schüler bezahlen den Transport selber und begeben sich selber nach Bloczone
- ▶ Programme/Programm:

1er jour / 1.Tag	2ème jour / 2.Tag	3ème jour /3.Tag
8h45-10h Intro technique de base et sécurité / Einführung Grundtechnik und Sicherungsmethoden	8h45-10h Grimpe avec but personnel et bloc / Klettern mit persönliches Ziel anstreben, Bouldern	8h45-10h Postes sur les thèmes de la semaine (tactique, technique, aspect mental, bloc) / Postenarbeit zu allen Themen (Taktik, Technik, Psyche, Boulder)
10h30-12h15 Grimpe sur les acquis du matin / Praxiserfahrung vom Morgen	10h30-12h15 Grimpe sur les acquis du matin / Praxiserfahrung vom Morgen	10h30-12h15 Postes / Postenarbeit
13h30-15h Intro grimpe en tête / Einführung ins Vorstiegsklettern und ins Bouldern	13h30-15h Entraînement technique et bloc / Techniktraining und Bouldern	13h30-15h Postes, grimpe et bloc libre / Posten und freies Klettern und Bouldern



# Plan d'accès Grimper.ch / Bloczone

Rte Henri-Stephan 12  
1762 Givisiez



# Escalade / Klettern

Train: S21 direction Sugiez, sortir à Givisiez, puis 10 minutes à pied

**Fribourg/Freiburg → Givisiez**

mercredi 26.02.2025

**S21** Direction Sugiez

08:17 ————— 08:21

Voie 4 4 min

Bus: numéro 8 de Fribourg Gare, sortir à l'arrêt Rte Stephan, puis 3 minutes à pied

**Fribourg/Freiburg → Givisiez, rte Stephan**

mercredi 26.02.2025

**B 8** Direction Corminboeuf, ...

08:29 ————— 08:41

Quai C 15 min



## Selfdéfense femmes / Selbstverteidigung Frauen

- ▶ Savoir se défendre dans la rue / Sich auf der Strasse verteidigen können
- ▶ 1 spécialiste / Spezialistin (Diana Schmutz)
- ▶ Dojo du Jura (Avenue du Général-Guisan 59-61, Fribourg)
- ▶ Programme/Programm:

1er jour / 1.Tag	2ème jour / 2.Tag	3ème jour /3.Tag
<p>8h30-10h « Thema Angst » Schlagtechnik, Schlagkissen / « La peur » techniques de frappe, avec coussins</p>	<p>8h30-10h « Rollenspiele » Schlagtechniken / « Jeu de rôle » techniques de frappe</p>	<p>8h30-10h « Würgegriffe und Entwindungstechniken » / « Manipulations et en ressortir »</p>
<p>10h30-12h « Notwehrrecht und Opferhilfe » Bodentechnik, Meditation / « Le droit d'auto-défense et assistance aux victimes » techniques au sol, méditation</p>	<p>10h30-12h « Frauenspezifische Gefahren im Internet » Kopfdrehgriff, Massage mit Bällen « Dangers sur internet » manipulations sur la tête, massage</p>	<p>10h30-12h « Frauenbild in den Medien » Kämpfen mit Schaumstoffschlägern / « L'image des femmes dans les médias » se battre avec des bâtons en mousse</p>
<p>13h30-15h « Nein » sagen, Standtechnik, Entspannungsübungen / Savoir dire « non », technique debout, relaxation</p>	<p>13h30-15h « Pfefferspray, Messer, Waffen » / « Pepper Spray, couteau, armes »</p>	<p>13h30-15h « Mut tut gut! », Handmassage / « Le courage fait du bien! », massage pour les mains</p>



Plan d'accès  
Dojo du Jura (Fribourg)  
Avenue General-Guisan 53

# Selfdéfense femmes / Selbstverteidigung Frauen



Fribourg/Freiburg → Fribourg, Guisan	
mercredi 26.02.2025	
<b>B 5</b> Direction Fribourg, Torry	
3'	07:59 ————— 08:06
Quai C	10 min
<b>B 5</b> Direction Fribourg, Torry	
3'	08:06 ————— 08:13
Quai C	10 min
<b>B 5</b> Direction Fribourg, Torry	
3'	08:14 ————— 08:21
Quai C	10 min

Dojo de l'ancienne école du Jura, au sous-sol, prendre l'entrée de côté.  
Général-Guisan 59-61, Fribourg  
Dojo im alten Jura Schulhaus im Untergeschoss, beim Seiteneingang.  
General-Guisan 59-61, Freiburg

BUS numéro 5 (direction « Torry »). Arrêt « Guisan »  
Durée: env. 10 minutes



**Randonnée avec le thème  
« photographie » / Wandern mit dem  
Thema « Fotografie »**

- ▶ Randonnées et conception de photographies (pour débutants et avancés) / Fotografie mit dem Wandern kombiniert (für Anfänger und Fortgeschrittene)
- ▶ 1 prof / 1 Lehrer (Cédric Tamani)
- ▶ Repas de midi - pique-nique n'est pas compris et doit être emporté / Mittagessen muss immer mitgenommen werden (nicht inbegriffen)
- ▶ Rendez-vous le mercredi matin 26.02.25 à 8h30 dans la salle de presse (salle de sport Ste-Croix) pour la théorie / Treffpunkt am Mittwoch Morgen 26.02.25 um 8h30 im Pressesaal (Sporthalle Heilig-Kreuz) für eine theoretische Einführung
- ▶ Programme / Programm

1er jour / 1.Tag	2ème jour / 2.Tag	3ème jour /3.Tag
8h30 - 16h Théorie à Sainte-Croix puis Tierpark Dalhözli Berne	8h00 - 15h30 Creux du Van - prendre raquettes de neige / Schneeschuhe mitnehmen	8h30-14h00 Basse ville de Fribourg et analyse finale / Altstadt Freiburg und Schlussanalyse



## Danse Hip Hop

- ▶ Connaître différentes danses / Kennenlernen der verschiedene Tänze
- ▶ 1 spécialiste / Spezialist : Aljon Biland
- ▶ Salle de danse eMotion, Route du Petit-Moncor 1C, 1752 Villars-sur-Glâne
  
- ▶ Programme/Programm:

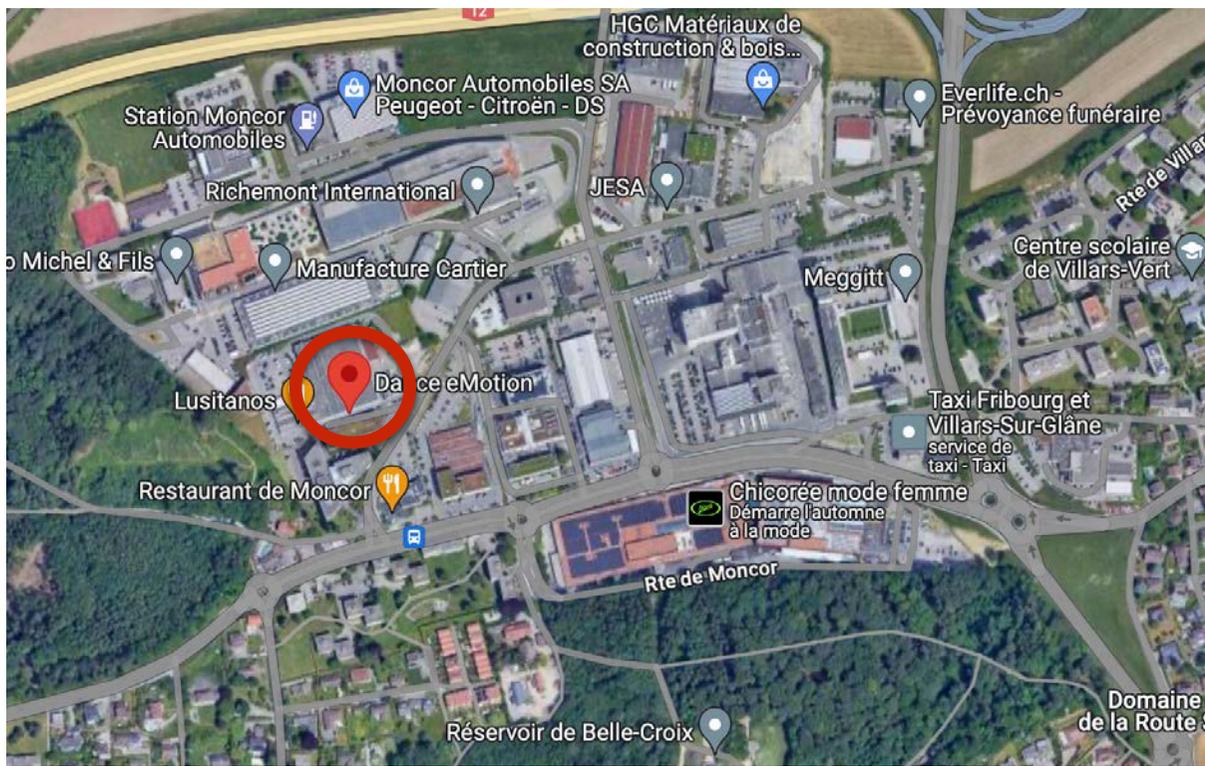
1er jour / 1.Tag	2ème jour / 2.Tag	3ème jour /3.Tag
8h30-10h Hip-Hop	8h30-10h Hip-Hop	8h30-10h Hip-Hop
10h30-12h Ragga	10h30-12h Ragga	10h30-12h Ragga
14h-15h30 Breakdance	14h-15h30 Breakdance	14h-15h30 Breakdance



Plan d'accès  
Danse eMotion  
Route du Petit-Moncor 1C  
1752 Villars-sur-Glâne

# Danse Hip Hop

Depuis Fribourg Gare, prendre le **bus n° 2** (direction « Villars-sur-Glâne, Les Dailles ») ou le **bus n° 11** (direction « Avry-sur-Matran » ou « Rosé, gare »), sortir à l'arrêt « Villars-sur-Glâne, Belle-Croix », et marcher 3 minutes



Fribourg/Freiburg ... ur-Glâne, Belle-Croix	
mercredi 26.02.2025	
<b>B 11</b> Direction Avry-sur-Ma ...	
3' 08:00	08:06
Quai 11	9 min
<b>B 2</b> Direction Villars-sur-Glâ ..	
3' 08:06	08:13
Quai A	10 min
<b>B 11</b> Direction Rosé, gare	
3' 08:08	08:14
Quai 11	9 min



## Polysport

- Esprit d'équipe et de compétition, développement des compétences sociales en sport / Sozialkompetenz beim Spiel, Wettkampfcharakter
- 1 professeur / 1 Lehrer (Nicole Cattaneo)
- Salle de sport B-C (Collège Ste-Croix) / Sporthallen B-C (Kollegium Heilig Kreuz)
- Programme/Programm:

Plan polysport	ME / MI	JE / DO	VE / FR
Matin (8:45 - 11:30)	Basket / Volley	Unihockey / Volley	Jeux de renvoi
Après-midi (13:15 - 15:30)	Foot / Unihockey	Burner Games	Basket / Foot



## Chessboxing

- Savoir jouer aux échecs + connaître et savoir appliquer quelques tactiques propres aux échecs / Schach spielen können + einige schachspezifische Taktiken kennen und anwenden können
- Connaître les coups de base de la boxe / Kennenlernen der Grundschläge des Boxens
- 2 moniteurs / 2 Leiter: René Lehmann (échecs / Schach) + Yvo Hayoz (Boxe)
- Echecs / Schach: salle E-111 / Klassenzimmer E-111 (Collège Ste-Croix)
- Boxe: salle de sport A / Sporthalle A (Collège Ste-Croix)

ME / MI	JE / DO	VE / FR
8:30 - 11:30 Echecs / Schach	8:30 - 11:30 Echecs / Schach	9:00 - 11:00 Tournoi de chessboxing / Chessboxingturnier
13:00 - 15:00 Boxe	13:00 - 15:00 Boxe	13:00 - 15:00 Tournoi de chessboxing / Chessboxingturnier



## Body & Mind

- Körper und Psyche haben eine komplexe Verbindung und beeinflussen sich gegenseitig. Wir lernen verschiedenen Bewegungsmethoden, Entspannungstechniken und deren Effekt kennen und wie wir dank diesen Strategien auch in Anspruchsvollen Situationen fokussiert bleiben. / Le corps et le psychisme ont un lien complexe et s'influencent mutuellement. Par ce cours, nous apprenons différentes méthodes de mouvements et de relaxation, leurs effets et comment rester concentrés même dans des situations exigeantes.
- 1 monitrice / 1 Leiterin: Nicole Hürlimann
- Salle multiusage / Mehrzweckraum (collège Ste-Croix)

ME / MI	JE / DO	VE / FR
8:30 - 12:00 Stress vs Relaxation Mobilisation	8:30 - 12:00 Faszientraining / entraînement des facias + yoga	8:30 - 12:00 Ressourcenstärkung / renforcement des ressources + HIIT
13:00 - 14:30 Körperwahrnehmung / perception du corps + Pilate	13:00 - 14:30 Stratégies de relaxation / Entspannungsstrategien	13:00 - 14:30 Autogenes Training / Entraînement autogène



## Pole sport & Aerial Hoop

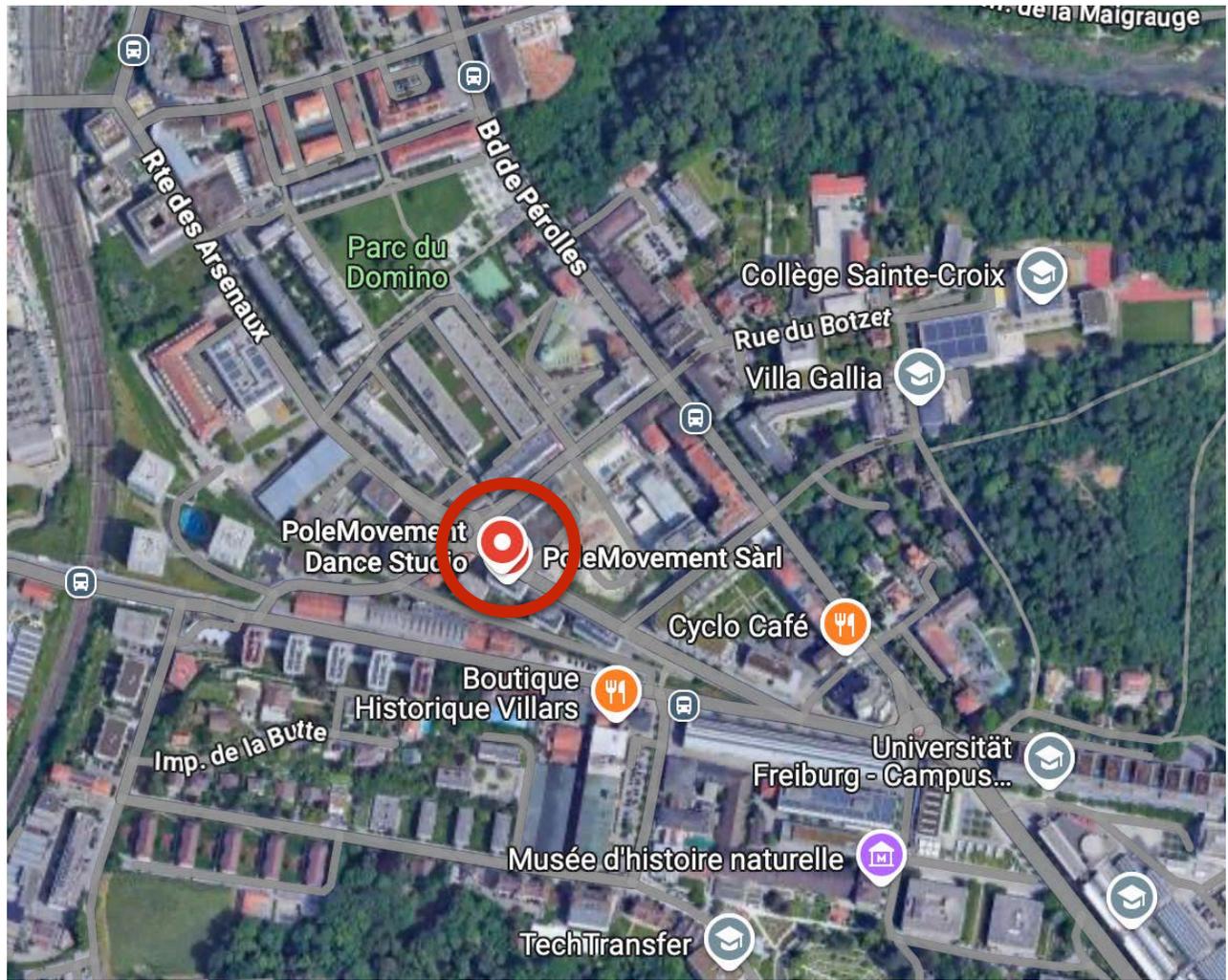
- Découvrez le pole sport et le cerceau aérien au travers de mouvements intégrant de la technique, de la danse, de la force, de la souplesse, des acrobaties, ...  
Entdecken Sie den Polesport und den Luftring (Aerial Hoop) durch Bewegungen, die Technik, Tanz, Kraft, Flexibilität, Akrobatik und mehr miteinander verbinden
- **Tenues / Kleider: leggings ou bas de training et t-shirt (+short de sport assez court et t-shirt ou brassière pour le POLE) / Leggings oder Trainingshosen und T-Shirt (+kurzer Sportshorts und T-Shirt oder Sport-BH für das POLE)**
- Différentes monitrices du studio PoleMovement / Verschiedene Trainerinnen des Studios PoleMovement.
- Studio PoleMovement, Route Wilhelm-Kaiser 4, 1700 Fribourg

ME / MI	JE / DO	VE / FR
9:00 - 12:00 Pole flow & floor	9:00 - 12:00 Pole et souplesse / Flexibilität	9:00 - 12:00 Pole et souplesse / Flexibilität
13:30 - 15:00 Pole	13:30 - 15:00 Cerceau aérien / Aerial Hoop	13:30 - 15:00 Cerceau aérien / Aerial Hoop



Plan d'accès  
Studio PoleMovement  
Route Wilhelm-Kaiser 4  
1700 Fribourg

## Pole sport & Aerial Hoop



Depuis Fribourg Gare, marcher environ 15 minutes OU prendre le bus comme pour le collège, sortie « Industrie » et marcher 5 minutes.  
Ab Freiburg Bahnhof etwa 15 Minuten zu Fuß gehen ODER den Bus nehmen wie zum Kollegium, bei der Haltestelle „Industrie“ aussteigen und 5 Minuten zu Fuß gehen.



## Acro Yoga & Balance

- Découvrir le fonctionnement de son corps à travers des disciplines acrobatiques (confiance en soi, prise de conscience de son potentiel, valorisation de son corps, ...)
- Erforschen Sie das Funktionieren Ihres Körpers durch akrobatische Disziplinen (Selbstvertrauen, Bewusstsein für Ihr Potenzial, Wertschätzung Ihres Körpers, ...)
- 1 spécialiste / Spezialist: Mme Sabrina Postiguillo
  - Salle P-101 (collège Ste-Croix / Gymnasium Heilig Kreuz)

ME / MI	JE / DO	VE / FR
<p>9:00 - 12:00</p> <p>Conscientisation du mouvement (ancrage, respiration, renforcement) / Bewusstwerdung der Bewegung (Verankerung, Atmung, Kräftigung)</p>	<p>9:00 - 12:00</p> <p>Conscientisation du mouvement (souplesse et mobilité) / Bewusstwerdung der Bewegung (Flexibilität und Mobilität)</p>	<p>9:00 - 12:00</p> <p>Conscientisation du mouvement pour son quotidien / Bewusstwerdung der Bewegung im Alltag</p>
<p>13:15 - 14:45</p> <p>Equilibre sur les mains et la tête / Gleichgewicht auf Händen und Kopf</p>	<p>13:15 - 14:45</p> <p>Initiation à l'acro yoga / Einführung in Acro-Yoga</p>	<p>13:15 - 14:45</p> <p>Acro yoga et équilibres inversés / Acro-Yoga und umgekehrte Gleichgewichtspositionen</p>



# DIVE

« DIVE »

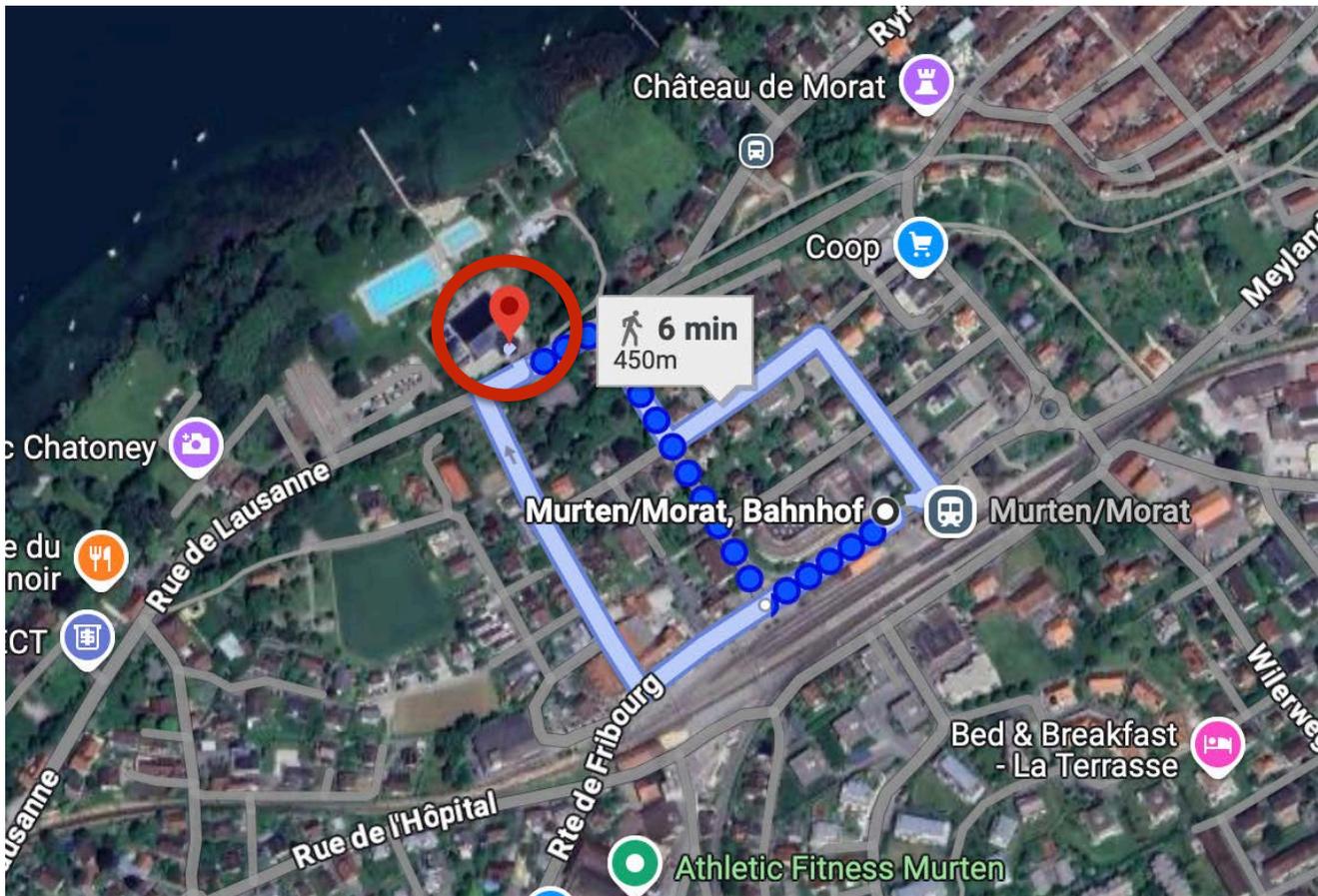
- Découvrir les règles de sécurité, le matériel et le comportement adaptés à la plongée sous-marine avec mise en pratique pour l'obtention du l'Open Water Diplome / Entdecken der Sicherheitsregeln, der Ausrüstung und des angemessenen Verhaltens beim Tauchen mit praktischer Anwendung zur Erlangung des Open Water Diploms.
- Spécialistes de l'école de plongé AVARIS / Spezialisten von Tauchschule AVARIS
- Rdv à la piscine de Morat / Treffpunkt im Hallenbad Murten (Lausannestrasse 2, 3280 Murten)

	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>8:00-9:30</b>	Ausrüstung Anprobe und Einführung / Introduction et équipement	OWD Lektion 3 + 4	Individuelles Training / Entraînement individuel
<b>09:30-10:30</b>	OWD Lektion 1	Theorieprüfung OWD / examen théorique	PB Tauchgang 1 / Plongée 1
<b>10:30-11:30</b>		Theorie PB	
<b>11:30-12:30</b>	Mittag / Pause	Mittag / Pause	Mittag / Pause
<b>12:30-13:30</b>	Theorie OWD	Theorieprüfung PB / examen théorique	PB Tauchgang 2 / Plongée 2
<b>13:30-14:30</b>			
<b>14:30-15:30</b>	OWD Lektion 2	OWD Lektion 4+5	Abschluss und Brevetübergabe / Fin du cours et remise des diplômes
<b>14:30-16:00</b>			

Plan d'accès  
 Piscine de Morat  
 Lausannestrasse 2  
 3280 Murten

# DIVE

« DIVE »



Depuis Fribourg Gare, prendre le train S21 direction « Sugiez », sortir à « Murten / Morat ». Puis, compter 6 minutes de marche jusqu'à la piscine.  
 Ab Freiburg Bahnhof nehmen Sie den Zug S21 in Richtung „Sugiez“ und steigen Sie in „Murten / Morat“ aus. Von dort sind es 6 Minuten zu Fuß bis zum Hallenbad

**Fribourg/Freiburg → Murten/Morat**

mercredi 26.02.2025

**S21** Direction Sugiez dès CHF 6.40

**07:17** ●————● **07:47**

Voie 4 30 min



## Programme culturel / kulturelles Programm

- ▶ Discussions et réflexions à travers le cinéma / Diskussionen und Überlegungen über das Thema « Kino »
- ▶ 2 enseignants / 2 Lehrer (M. Rotzetter et M. Lentz)
- ▶ Rdv le matin à 8h45 en salle E-202 (sous-sol) et l'après-midi à 13h15 dans la même salle (E-202) / Treffpunkt am Vormittag um 8:45 in E-202 (Untergeschoss) und am Nachmittag um 13:15 im gleichen Zimmer.