

I nedenstående eksempel på et ugeskema, kan du få indtrykket af en tilfældig uge, hvis du vælger Oure Sports.

<b>Mandag</b>	<b>Tirsdag</b>	<b>Onsdag</b>	<b>Torsdag</b>	<b>Fredag</b>
8-11: <b>Sportpsykologi:</b> Omkring gruppe kohæsion og visualisering – primært i klasselokale	8-10: <b>Valgfag</b> (Blandet boldspil, danske sangskatte i 70'-80'erne, religions diskussion,	8-10: <b>Valgfag</b> (Massagekursus, Shakespeare, Stopmotion, Crossbody salsa, klatring,  10-11 <b>Husmøde</b>	8-11: <b>Sportpsykologi:</b>  Vi kobler teori med praksis ved at arbejde med udfordrende udspring og fridykning i svømmehallen.	8-10: <b>Fællessport for hele skolen:</b> Vi arbejder med Kinball, som er et nyt boldspil i Danmark men stort bl.a. i Canada  10-14 <b>Sportsvalg*:</b> Badminton, Terrænløb og Skateboarding (madpakker)
11-12: Frokost  12-15: <b>Sportsvalg*:</b> Svømning, Squash eller Streetdance	11-12: Frokost  12-14: <b>Fællesmøde med foredrag</b>  14-16: <b>Fællessport for Ouresport:</b> Beachvolley	11-12: Frokost  12-14 <b>Rengøring i huset</b>  14-16: <b>Sportpsykologi</b> – fortsat fra mandag, denne gang prøver teorien af i praksis ved at lave forskellige gruppe udfordringer	11-12: Frokost  12-16: <b>Sportsvalg*:</b> Mountainbike, Tennis og streetbasket.	
16-23: <b>Fritid med aftensprogram:</b> 17-23 Cafeen åben 18:15-19 Aftensmad 19-20: Fodboldturnering 19-22: kunst åben 20-22: Svømmehal 20-22: styrketræning 21-23: Bål og hygge i haven	16-23: <b>Fritid med aftensprogram:</b> 17-23: Cafeen åben 18:15-19: Aftensmad 19:20 Undervands rugby 20-23: Filmklub 21-23: Rullehockey 20-22: styrketræning	16-23: <b>Fritid med aftensprogram:</b> 17-23: Cafeen åben 18:15-19: Aftensmad 19-21: studievejledning åben 20-22: Landskamp i cafeen 19-22: Mountainbike 19-20: styrketræning 20-21: svømmehal	16-23: <b>Fritid med aftensprogram:</b> 17-23: Cafeen åben 18:15-19: Aftensmad 19-22: Kunst åben 19-22: cykelværksted 20-21: Svømmehal 20-23: Quiz i cafeen. 21: Kage i cafeen 20: Fodboldtræning 21-23: Håndbold i hallen	14/15: <b>Weekend</b>

