



MARIENAU

SCHULE ZUR WELT

Freizeit und *Verantwortung*

*Unsere Angebote
nach dem Unterricht
Schuljahr 2025/2026*







Marienau ist mehr *als eine Schule*



Liebe Schülerinnen und Schüler,

Marienau ist mehr als ein Ort zum Lernen. Es ist auch ein Ort zum Leben und Erleben. Ob ihr im Internat wohnt oder extern, ihr verbringt hier viel Zeit beim Sport, mit Musik, Kunst, Handwerk oder einfach in der Gemeinschaft. Gemeinschaft lebt davon, dass man sie gestaltet. Dafür braucht es Menschen, die Verantwortung übernehmen und etwas bewegen wollen. Deshalb möchten wir euch ermutigen, Verantwortung zu übernehmen, Neues auszuprobieren und dabei gemeinsam zu wachsen.

Unser Programm „Freizeit und Verantwortung“ verbindet Dienste für die Gemeinschaft, Ehrenämter und zahlreiche Freizeitangebote. Ihr könnt Hobbys entdecken oder vertiefen und erleben, dass euer Einsatz zählt. In Marienau gibt es viele Möglichkeiten, sich einzubringen, ob als Schülersprecherin und Schülersprecher, Nachhilfelehrerin und Nachhilfelehrer, im Krafraum, an der Kletterwand, auf dem Golfplatz oder mit der Geige. In diesem Heft könnt ihr herausfinden, welche Herausforderungen ihr annehmen wollt.

Viel Spaß und Erfolg dabei.

Lars Humrich, Schul- und Internatsleiter



Unsere Angebote *nach dem Unterricht*

GANZTAG KLASSE 5 + 6

Teilnahme an allen AGs von montags bis freitags möglich

EXTERN

Ab Klasse 11 darf eine AG aus dem gesamten Angebot belegt werden. Kostenbeitrag: 15 €/Monat

TAGESHEIM*

Klasse 7 – 10

Ab zwei Tagen im Tagesheim ist die AG-Teilnahme möglich. Kostenbeitrag je AG 15 €/Monat

*Tagesheim: Externe Schüler, die nach dem regulären Unterricht bis 15:30 Uhr in der Schule bleiben

INTERN

Richtlinien zur Mindestbelegung

Klasse 5 + 6

5 AGs + 2 Wochenendangebote

Klasse 7 + 8

3 AGs bis + 2 Wochenendangebote

Klasse 9

3 AGs + 2 Wochenendangebote oder
2 AGs + 1 Sozialer Dienst + 2 Wochenendangebote

Klasse 10

1 **Challenge AG** + 1 Sozialer Dienst + 2 Wochenendangebote

Klasse 11

1 **Challenge AG** + 1 Sozialer Dienst

Klasse 12 + 13/1, Oberstufe

1 AG oder 1 Sozialer Dienst

UNSERE ANGEBOTE FÜR EUCH

Arbeitsgemeinschaften (AGs)

In den AGs entdecken Schüler ihre Talente und entwickeln ihr Profil. Das Angebot umfasst Sport, Kunst, Musik und naturwissenschaftliche Themen über das ganze Schuljahr hinweg.

Challenge AGs

In der Challenge AG können Schüler ihre Talente über den Unterricht hinaus zeigen und sich auf Wettbewerbe, Auführungen oder Ausstellungen vorbereiten, mit Fokus auf anspruchsvolle Aufgaben, die Engagement, Kreativität und Ausdauer erfordern.

Soziale Dienste

Alle Schüler der Klassen 9–13/1 leisten verpflichtend für mindestens ein Jahr einen sozialen Beitrag.

Ehrenämter

Für Schüler, die sich gerne für die Marienauer Gemeinschaft einsetzen. Ein Ehrenamt ist über Empfehlung oder nach Bewerbung und Wahl möglich.

Individuelle Aktivitäten

Individuelle Aktivitäten fördern die Talente und Interessen der Schüler. Dauer und Termine werden vorher abgestimmt, anfallende Kosten, z. B. für Instrumentalunterricht, separat berechnet.

Wochenendangebote

An den Wochenenden, an denen die Internatsschüler in Marienau bleiben, bietet das Freizeitpädagogische Team offene Angebote an. Informationen und Anmeldung erfolgen über itslearning oder Aushänge.

Zur besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet; sie gilt im Sinne der Gleichbehandlung für alle Geschlechter.



Inhaltsverzeichnis

AGs MONTAG

Challenge AG: Schach	06
Backen	06
Functional Fitness	06
Geschichte Nau	07
Golf	07
Holzwerkstatt	08
Kleine Köche	08
Mädchen AG	08
Pilates	08
Rope Skipping	09
Yoga	09

AGs DIENSTAG

Badminton	09
Basketball	09
Boxen	10
Chor	10
Fußball	10
Reiten	10
Schulband	10
Shanty-Chor	10

AGs MITTWOCH

Challenge AG: Kunst	11
Boxen	11
Klettern	11
Kochen	11
Latin Fitness	12
Reiten	12
Tennis	12
Volleyball	12

AGs DONNERSTAG

Challenge AG: Future Diplomats	13
Challenge AG: Laufen und Fitness	13

Buchbinden & Urban Sketching	13
Erzählwerkstatt	13
FabLab	13
Fußball	14
Golf	14
Reiten	14
Tischtennis	14

AGs FREITAG

Spiel & Spaß	15
--------------	----

SOZIALE DIENSTE

Bibliotheksdienst	16
Event-Team	16
Fahrdienst	16
Groß hilft Klein	16
Kraft- & Cardioraum	16
Mentorenschaften	17
Obligo	17
Postdienst	17
Schulcafé Bondy's Garten	17
Technik	17

EHRENÄMTER

Begrüßungsdienst	18
Cornett	18
Schülerversammlung	18
Schülervertreter	18

SONSTIGES

Individuelle Aktivitäten	19
Wochenendangebote	19
Übersicht	20



Arbeitsgemeinschaften

Programm für alle

MONTAG

CHALLENGE AG: SCHACH, AB KLASSE 6

Markus Panning » 15:50 – 17:10 Uhr

Schüler ab der 6. Klasse können hier ihr Schachspiel schulen und verbessern. Nutze die Gelegenheit, das Schachspiel gründlich zu lernen oder bereits vorhandene Kenntnisse zu vertiefen. Das Schachspiel macht viel Spaß und nebenbei wird dadurch...

- ▷ die Konzentrationsfähigkeit erhöht,
- ▷ das logische und mathematische Denkvermögen spielerisch trainiert,
- ▷ das selbständige Entwickeln von Problemlösungsstrategien gefördert,
- ▷ zu selbstkritischem Überdenken eigener Fehler angeregt.

Was „Jogging“ für den Körper bedeutet, vermittelt Schach für den Geist!

Zusätzlich werden wir Schachturniere durchführen und nach Möglichkeit andere für dieses Spiel begeistern.



BACKEN

Kathrin Gerigk » 15:50 – 17:10 Uhr

Hier treffen sich Schüler, die aus einfachen Zutaten kleine und große Köstlichkeiten zaubern. Wir experimentieren mit neuen Rezepten aus der Kuchen-Welt, backen Brötchen und stellen Torten her.

FUNCTIONAL FITNESS

Lars Humrich » 17:20 – 18:40 Uhr

Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit sind die wichtigen Elemente körperlicher Fitness. In kurzen, aber intensiven Workouts wollen wir diese Bereiche mit unserem Körpergewicht und leichten Gewichten weiterentwickeln. Wenn du Lust hast, deine Grenzen zu testen und zu erweitern und einmal pro Woche gründlich ins Schwitzen zu kommen, bist du in dieser AG genau richtig!





MONTAG

GESCHICHTE NAU

Alexander Greiffenstern » 15:50 – 17:10 Uhr

Die Geschichte der Schule Marienau ist vielfältig und spannend und dies nun schon seit fast einem Jahrhundert. Die AG bietet die Möglichkeit, diese Geschichte in unserem Schularchiv zu entdecken. Das Ziel ist es, unsere Entdeckungen für die Schulgemeinschaft sichtbar zu machen. Darüber hinaus können wir den Interessen der Teilnehmenden nachgehen und uns auch mit der regionalen Geschichte beschäftigen. Für dieses Jahr geplant, wäre die Fortführung des Stolpersteinprojekts, das in der letzten Projektwoche bereits auf einen guten Weg gebracht wurde.



GOLF

Martin Wahlgren » ab 14:00 Uhr

Du bist gern in der Natur und suchst eine neue Herausforderung? Dann bist du bei uns richtig. An unserer Schule hast du die Möglichkeit, den Golfsport zu erlernen oder an deinen Fähigkeiten zu feilen. Der AG-Leiter, regelmäßig unterstützt durch erfahrene Golflehrer, vermittelt dir den richtigen Golfschwung und die verschiedenen Schlagtechniken (z.B. Chippen, Pitchen, Putten). Daneben werden ein rücksichtsvolles und sicheres Verhalten auf dem Golfplatz und die zugehörigen Golfregeln vermittelt. Je nach Stand deines Könnens kannst du die Platzreifeprüfung bzw. das Golfabzeichen ablegen. Die bestandene Platzreife ermöglicht es dir, auf vielen Golfplätzen zu spielen.

Spaß und das Miteinander und gegeneinander spielen stehen bei uns im Vordergrund. Für die Teilnahme an der Golf-AG wird das benötigte Material von der Schule gestellt. Es können aber auch eigene Schläger mitgebracht werden. Pro Schulhalbjahr wird ein Kostenbeitrag von 80 € erhoben.





MONTAG

HOLZWERKSTATT

Sascha Reeck » 15:50 – 17:10 Uhr

Hier lernen Schüler den Umgang mit Holz, Werkzeugen und Maschinen. Es werden kreative Ideen handwerklich umgesetzt und dabei technisches Geschick entwickelt.

**MÄDCHEN AG**

Larissa Alberding » 15:50 – 17:10 Uhr

In der Mädchen-AG möchten wir über all das sprechen, was uns Mädchen am Herzen liegt — und das mal ganz ohne Jungs!

Die AG bietet euch die Gelegenheit, selbst zu bestimmen, mit welchen Themen ihr euch beschäftigt. Über Dinge wie Freundschaft, Liebe, Familie und Zukunft quatschen? Oder Probleme in der Schule besprechen? Das liegt ganz an euch! An euren Interessen orientiert, werden wir über unser Programm (z. B. Kreativ-Angebote, sportliche Aktivitäten, Backen u.v.m.) gemeinsam abstimmen.

KLEINE KÖCHE

Kathrin Gerigk » 14:10 – 15:30 Uhr

Kochen und backen lernen macht Spaß und ist nicht schwer. Hier lernt ihr einfache und super leckere Speisen selbst zuzubereiten: Nudeln, Pfannkuchen, Salate, Pizza, Muffins, Cookies und vieles mehr...

**PILATES – STARK, BEWEGLICH, ENTSPANNT!**

Isabel Mundhenk » 17:20 – 18:40 Uhr

Pilates ist ein ruhiges, aber kraftvolles Training für deinen ganzen Körper – perfekt, um Muskeln zu stärken, deine Haltung zu verbessern und Stress abzubauen. Mit fließenden, effizienten Bewegungen trainieren wir den ganzen Körper. Du wirst beweglicher, kräftiger und fühlst dich nach jeder Stunde fitter und entspannter. In der Gruppe macht's doppelt Spaß, und du wirst schnell merken, wie gut dir Pilates tut – für Körper und Kopf. Jeder macht mit, so wie es passt und die Musik motiviert, noch ein bisschen mehr zu geben. Gönn dir die Pause vom Schulstress – mit Bewegung, Beats und Balance!



MONTAG

ROPE SKIPPING

Gaby Hinrichs » 14:10 – 15:30 Uhr

Professionelles Seilspringen allein, zu zweit, im Team!

Hier erlebst du alles, was Sportler brauchen: Spaß, Koordination, Rhythmusfähigkeit, Schnelligkeit, Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Reaktionsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit, Umstellungsfähigkeit...

YOGA

Sandra Barth » 19:40 – 21:00 Uhr

In einem entspannten und geschützten Rahmen wollen wir gemeinsam Yoga und weitere Entspannungstechniken kennenlernen.

Teilnehmer sagen:

▷ „Man kann mit Schmerzen hingehen und sich anschließend besser fühlen. Man hat Zeit für sich selbst und kann sich spüren und fühlen. Man kann sich von Klausuren und Lernen entspannen. Man kann Kraft bekommen, man kann stärker werden.“

▷ „Amazing!“

DIENSTAG

BADMINTON

Dijana Martinovic »

Klasse 5 – 8: 17:20 – 18:40 Uhr

Klasse 9 – 13: 19:40 – 21:00 Uhr

Die Badminton-AG ist eine sportliche Aktivität, bei der Schülern die Grundlagen des Badmintonsports vermittelt werden. Neben dem Erlernen von Schlagtechniken und Regeln werden auch Einzel- und Doppelmatches gespielt, um das Gelernte anzuwenden und den Teamgeist zu fördern. Die AG findet regelmäßig in der großen Sporthalle statt und bietet eine gute Möglichkeit, sich sportlich zu betätigen und Spaß am Spiel zu haben.

BASKETBALL, KLASSE 9 – 13

Björn Schmitz » 19:40 – 21:00 Uhr

Lerne bei und mit mir das schönste Team-Ballsportspiel der Welt kennen und lieben. Egal ob Anfänger oder Profi. Werfen, Fangen, Dribbeln, auf allen Niveaus. Wir trainieren drinnen und draußen. Hallen- bzw. Draußenschuhe und gute Laune sind die einzigen Voraussetzungen. Komm vorbei!

Projekt: Als Team gegen andere Internate antreten.





DIENTAG

BOXEN, AB KLASSE 9

Kara Meints » 17:20 – 18:40 Uhr

Boxen für alle die sich der Kampfsportart nähern wollen! Ohne Vorkenntnisse könnt ihr gerne kommen. Sportliche Fitness ist von Vorteil, weil Boxen mehr als nur Fäuste fliegen lassen ist. Es wird ein verbindliches Training aus Kraft-, Ausdauer-, Koordinations-, Technik- sowie Pratzen und Sandsacktraining sein.

CHOR

Florian Fiechtner » 19:30 – ca. 20:45 Uhr

In der Chor-AG singen wir gemeinsam verschiedene Lieder und Literatur mit Klavierbegleitung.



FUSSBALL, KLASSE 9 – 13

Dieter Kontowski » 15:50 – 17:10 Uhr

Die Fußball-AG ist eine Jahrgangsübergreifende Sport AG. Gemeinsam entscheiden wir, ob wir auf ein gemeinsames Ziel hinarbeiten oder uns nur zum „Kick and Rush“ treffen. Bei schlechtem Wetter wird in der Sporthalle trainiert.

Im April sowie am Ende des Jahres gibt es ein Fußball-Schulturnier. Im April in Bardowick (Sporthalle) und im Sommer in Marienau (Kunstrasen).

REITEN

Conny Nebel, Janna Peter » ab 14:00 Uhr, ab 15:45 Uhr

Reiten ist ein vielseitiger Sport, der deine körperliche Fitness und Koordination verbessert. Durch den Umgang mit dem Pferd lernst du, Verantwortung zu übernehmen. Weitere positive Effekte können Stressabbau, Stärkung des Selbstbewusstseins und der sozialen Kompetenzen sein. Wir legen viel Wert darauf, dass du alles lernst, was im Umgang mit den Pferden wichtig ist: vom Pony von der Koppel holen bis zum Reiten selbst.

Conny Nebel ist Trainerin B im Gesundheits- und Leistungssport (Westernreiten) mit eigenem Reitstall (Nebel Performance Horses). Janna Peter assistiert und ist zuständig für die Pflege der Marienauer Pferde.

SCHULBAND: MISSING BEATRIZ

Meik Schneider » 17:20 – 18:40 Uhr

Wer ein Instrument spielt und Teil der Band sein möchte, kann sich melden und wir schauen dann gemeinsam, ob es passt. Es wird kein Unterricht am Instrument geben.

SHANTY-CHOR

Florian Fiechtner » 20:45 – 21:45 Uhr

Die „Marienauer Herzbuben“ sind ein reiner Jungenchor, der mit viel Begeisterung z. B. Seemannslied-Literatur oder auch eingängige Pop- und Rockliteratur in seinem Repertoire hat. Der Anspruch besteht in der Hauptsache in der Freude am gemeinsamen Singen!





MITTWOCH

CHALLENGE AG: KUNST

Chenxi Zhong » 15:50 – 17:10 Uhr

In der Challenge AG Kunst könnt ihr verschiedene Kunstformate ausprobieren – zum Beispiel Stop-Motion-Animationen selbst gestalten, Kalligraphie oder kreative Kunstprojekte rund ums Backen. Im Vordergrund steht dabei der Spaß am kreativen Tun. Die einzelnen Themen stimmen wir nach euren Interessen und Wünschen ab. Die entstandenen Werke werden wir am Ende des Semesters gemeinsam präsentieren.



KLETTERN, KLASSE 5 – 8

Björn Schmitz » 15:50 – 17:10 Uhr

Du magst die Herausforderung und hast Lust, an deine Grenzen und vielleicht darüber hinaus zu wachsen? Du kannst schon klettern und willst noch besser werden? Dann komm zum Klettern. Egal ob Anfänger oder Profi. Hier ist für jede(n) etwas dabei: Z. B. Sicherungs- und Klettertechniken, Materialkunde. Außerdem werden soziale Kompetenzen wie Vertrauen, Verantwortung, Kommunikation und Kooperation geschult.

Gute Laune und eine Prise Verantwortungsbewusstsein sind die einzigen Voraussetzungen. Komm vorbei!



BOXEN, KLASSE 7 + 8

Kara Meints » 17:20 – 18:40 Uhr

Boxen für alle die sich der Kampfsportart nähern wollen! Ohne Vorkenntnisse könnt ihr gerne kommen. Sportliche Fitness ist von Vorteil, weil Boxen mehr als nur Fäuste fliegen lassen ist. Es wird ein verbindliches Training aus Kraft-, Ausdauer-, Koordinations-, Technik- sowie Pratzen und Sandsacktraining sein.



KOCHEN

Kathrin Gerigk » 15:50 – 17:10 Uhr

In der Koch-AG geht es um die Freude am gemeinsamen Kochen und Essen, darum immer neue Rezepte zu entdecken und dabei etwas über nachhaltige und ausgewogene Ernährung zu lernen.



MITTWOCH

LATIN FITNESS – TANZEN, POWER, SPASS!

Isabel Mundhenk » 17:20 – 18:40 Uhr

Lust auf Bewegung zu cooler Musik? Bei Latin Fitness tanzen wir zu heißen Latino-Rhythmen wie Salsa, Reggaeton oder Merengue – einfach, energiegeladen und mega Spaß! Ganz nebenbei trainierst du deinen ganzen Körper, wirst fitter und kommst ordentlich ins Schwitzen. Hier zählt der Spaß an der Bewegung!

In der Gruppe macht es noch mehr Laune, und jeder kann mitmachen – egal ob du Tanzerfahrung hast oder nicht. Hauptsache, du hast Lust auf Musik, Bewegung und gute Stimmung!

Also: Musik an, Kopf aus – und los geht's!

REITEN

Conny Nebel, Janna Peter » ab 14:00 Uhr, ab 15:45 Uhr

Reiten ist ein vielseitiger Sport, der deine körperliche Fitness und Koordination verbessert. Durch den Umgang mit dem Pferd lernst du, Verantwortung zu übernehmen. Weitere positive Effekte können Stressabbau, Stärkung des Selbstbewusstseins und der sozialen Kompetenzen sein. Wir legen viel Wert darauf, dass du alles lernst, was im Umgang mit den Pferden wichtig ist: vom Pony von der Koppel holen bis zum Reiten selbst.

Conny Nebel ist Trainerin B im Gesundheits- und Leistungssport (Westernreiten) mit eigenem Reitstall (Nebel Performance Horses). Janna Peter assistiert und ist zuständig für die Pflege der Marienauer Pferde.



TENNIS

Neele Grandt » 15:50 – 18:40 Uhr

Liebe Freunde der gelben Filzkugel,

egal ob Anfänger oder bereits mit Vorerfahrung, in der Tennis-AG seid ihr herzlich willkommen! Ihr werdet die Grundlagen des Tennisspiels erlernen, eure Technik verbessern und jede Menge Spaß haben. Kommt vorbei, schnappt euch einen Schläger und erlebt die Freude am Tennissport!

Die AG findet auf dem Tennisplatz statt, bei schlechtem Wetter gehen wir in die Sporthalle.

DREI ZEITFENSTER STEHEN EUCH ZUR AUSWAHL

▷ Gruppe A: Anfänger I

15:50 – 16:30 Uhr

▷ Gruppe C: Fortgeschrittene

17:20 – 18:40 Uhr

▷ Gruppe B: Anfänger II

16:30 – 17:10 Uhr

VOLLEYBALL, AB KLASSE 9

Tobias Karrasch » 19:40 – 21:00 Uhr

In dieser Arbeitsgemeinschaft hat jeder die Möglichkeit, unabhängig von vorheriger Erfahrung Volleyball im gemischten Team zu spielen. Feste Bestandteile des Trainings sind das spielerische Aufwärmen und das Erlernen der Technik. Doch hierbei und auch im wöchentlichen Training steht der Spaß am gemeinsamen Sporttreiben ohne Leistungsdruck im Vordergrund.

Im Winter werden wir in der Halle üben und im Sommer nutzen wir den Beachvolleyballplatz.



DONNERSTAG

CHALLENGE AG: FUTURE DIPLOMATS, KLASSE 10 + 11

Kerrin Devos » 15:50 – 17:10 Uhr

In dieser AG bereiten wir uns auf die Teilnahme an einer Konferenz von „Model United Nations“ (MUN) vor. Bei MUN tun Schüler so, als wären sie echte UN-Delegierte. Sie vertreten ein Land, sprechen im Namen dieses Landes, diskutieren über weltweite Probleme und suchen gemeinsam nach Lösungen. Das ist wie ein Rollenspiel – aber mit echten Themen und Regeln.

WAS LERNST DU IN DIESER CHALLENGE AG?

- ▷ Du lernst die Arbeitsweise internationaler Organisationen wie der UN kennen
- ▷ Du erfährst viel über andere Länder, Weltpolitik und Diplomatie
- ▷ Du schulst deine Englisch- und Debattierfähigkeiten – richtiges politisches Englisch und nicht nur typische Schulvokabeln
- ▷ Du übst öffentliches Reden, freies Sprechen, Argumentieren, Verhandeln und Kompromissfähigkeit – Fähigkeiten, die dir weit über die Schulzeit hinaus nutzen

CHALLENGE AG: LAUFEN UND FITNESS, AB KLASSE 6

Markus Panning » 15:50 – 17:10 Uhr

Die Marienauer Lauf-Gruppe trainiert regelmäßig in der Marienauer Umgebung und nimmt an Volksläufen in den Landkreisen Lüneburg, Uelzen und Lüchow-Dannenberg teil. Dabei sein ist hier nicht alles, denn die Schüler sind motiviert, das eigene, im Training gesteigerte Können bei einem Wettkampf unter Beweis zu stellen.

Das Lauftraining bewirkt zudem positive gesundheitliche Effekte auf die Gewichtskontrolle, die Stärkung des Herzkreislaufsystems, die Kräftigung des Bewegungsapparates, die psychische Ausgeglichenheit, die dynamische Belastung der Rückenmuskulatur, die Dehnung des Brustkorbs und die Stärkung des Immunsystems.

BUCHBINDEN & URBAN SKETCHING, AB KLASSE 8

Gilta Jansen » 15:50 – 17:10 Uhr

In unserer AG wollen wir uns im ersten Halbjahr gemeinsam mit dem handwerklichen Buchbinden beschäftigen, d.h. wir stellen eigene Bücher, Hefte und andere kleine Buchkunstwerke von Hand her. Wir gestalten hierfür kreative Umschläge und Einbände und beschäftigen uns intensiv mit dem Werkstoff Papier und dem präzisen handwerklichen Arbeiten.

Im zweiten Halbjahr geht es rund ums freie Zeichnen und Skizzieren. Nach der Idee der Urban Sketcher zeichnen wir gemeinsam rund um Marienau Landschaften, Häuser, Menschen und Tiere. Wir erkunden hierbei die uns umgebende Landschaft und erproben unterschiedliche Techniken und Gestaltungsmittel (vielleicht in einem von uns selber gebundenen Skizzenbuch).

Die AG richtet sich an kreative Schüler ab der 8. Klasse und ist auf 10 Schüler begrenzt.

ERZÄHLWERKSTATT

Astrid Günther » 15:50 – 17:10 Uhr

In der Erzählwerkstatt beschäftigen wir uns mit allem, was im weitläufigen Sinne mit Büchern zu tun hat:

Z. B. gemütliches Zusammensein mit Vorlesen, Rezepte ausprobieren aus verschiedenen Büchern (Harry Potter), Kino- und Theaterbesuche, Hörbücher hören und selber aufnehmen, Basteln eines Finger-Puppentheaters, Lesungen besuchen und organisieren und vieles mehr. Die Schüler werden dies mit der AG-Leitung gemeinsam planen und organisieren.

FABLAB, AB KLASSE 8

Reimer Hinrichs » 15:50 – 17:10 Uhr

In der FabLab-AG befassen wir uns mit 3D-Druck – von der Planung von 3D-Modellen mit einem speziellen „Konstruktionsprogramm“ auf dem iPad bis zum Ausdruck mit dem 3D-Drucker. Angedacht ist auch die Schüler-Firma voranzutreiben. Im Rahmen dieser Firma können wir Aufträge aus der Schulgemeinschaft entgegennehmen und umsetzen.



DONNERSTAG

FUSSBALL, KLASSE 5 – 8

Daniel Simons » 15:50 – 17:10 Uhr

Die Fußball-AG ist eine Jahrgangsübergreifende Sport AG. Das Ziel ist, als Team bei Marienauer Sommer-Cup den 1. Platz zu machen! Das Training findet bei JEDEM Wetter auf dem Sportplatz statt.



GOLF

Tobias Karrasch » 14:00 – 17:00 Uhr

Du bist gern in der Natur und suchst eine neue Herausforderung? Dann bist du bei uns richtig. An unserer Schule hast du die Möglichkeit, den Golfsport zu erlernen oder an deinen Fähigkeiten zu feilen. Der AG-Leiter, regelmäßig unterstützt durch erfahrene Golflehrer, vermittelt dir den richtigen Golfschwung und die verschiedenen Schlagtechniken (z.B. Chippen, Pitchen, Putten). Daneben werden ein rücksichtsvolles und sicheres Verhalten auf dem Golfplatz und die zugehörigen Golfregeln vermittelt. Je nach Stand deines Könnens kannst du die Platzreifeprüfung bzw. das Golfabzeichen ablegen. Die bestandene Platzreife ermöglicht es dir, auf vielen Golfplätzen zu spielen.

Spaß und das Miteinander und gegeneinander spielen stehen bei uns im Vordergrund. Für die Teilnahme an der Golf-AG wird das benötigte Material von der Schule gestellt. Es können aber auch eigene Schläger mitgebracht werden. Pro Schulhalbjahr wird ein Kostenbeitrag von 80 € erhoben.

REITEN

Conny Nebel, Janna Peter » ab 14:00 Uhr, ab 15:45 Uhr

Reiten ist ein vielseitiger Sport, der deine körperliche Fitness und Koordination verbessert. Durch den Umgang mit dem Pferd lernst du, Verantwortung zu übernehmen. Weitere positive Effekte können Stressabbau, Stärkung des Selbstbewusstseins und der sozialen Kompetenzen sein. Wir legen viel Wert darauf, dass du alles lernst, was im Umgang mit den Pferden wichtig ist: vom Pony von der Koppel holen bis zum Reiten selbst.

Conny Nebel ist Trainerin B im Gesundheits- und Leistungssport (Westernreiten) mit eigenem Reitstall (Nebel Performance Horses). Janna Peter assistiert und ist zuständig für die Pflege der Marienauer Pferde.



TISCHTENNIS

Alexander Greiffenstern » 15:50 – 17:10 Uhr

Du hast Spaß an Bewegung? Du möchtest die schnellste Rückschlagsportart der Welt kennenlernen und grundlegende Schlagtechniken wie Konterschläge, Schupf und Topspin erlernen? – Dann komm in die Tischtennis-AG!



FREITAG

SPIEL & SPASS, KLASSE 5 + 6

Kathrin Gerigk » 14:10 – 15:30 Uhr

Hier werden wir verschiedenen Spiele spielen – ihr dürft gerne Wünsche äußern. Wir treffen uns an der Lernküche oder in der Sporthalle (bei schlechtem Wetter).





Soziale Dienste

für interne Schüler, ab Klasse 9

BIBLIOTHEKSDIENST

Dijana Martinovic

Zu den Aufgaben des Bibliotheksdienstes gehören die Pflege von Medien wie Kinder- und Jugendbücher sowie Fachbücher. Der Bibliotheksdienst ist auch für die Ausleihe und Rückgabe von Büchern verantwortlich und hilft bei der Planung von Veranstaltungen (z. B. Leseabenden oder Lesungen mit Autoren). Des Weiteren unterstützt er bei der Anschaffung neuer Bücher und Zeitschriften. Es sollen außerdem Aktivitäten an weltbekannten Tagen organisiert werden. Dazu gehören z.B. der Puzzle-Tag oder der bundesweite Vorlese-tag an Schulen oder Kitas. Einmal im Jahr findet eine Inventur statt. Außerdem ist der Bibliotheksdienst beim Weihnachtsmarkt mit einem Buchpatentisch vertreten.

EVENT-TEAM

Dieter Kontowski, Kara Meints

Das Event-Team ist eine von euch Schülern selbstorganisierte und betreute Arbeitsgemeinschaft. Ihr seid dafür zuständig, Events (Teestube, Bunker, Blockhütte usw.) für Schüler zu organisieren und zu planen. Diese Events finden in der Regel Samstagabend statt. Dazu kommen Feierlichkeiten wie Ostern, Halloween etc.

FAHRDIENST

Astrid Günther, Inga Bohnsack

Der Fahrdienst richtet sich an Schüler mit einem Führerschein und einer dreimonatigen Fahrerfahrung.

Aufgabenbereiche sind, das Shuttlen von Schülern zu verschiedenen Terminen, Veranstaltungen oder Freizeitangeboten. Dazu gehören regelmäßig stattfindende oder auch spontane Fahrten.

GROSS HILFT KLEIN

Isabel Mundhenk » Montag 13:45 – 15:30 Uhr

Soziales Engagement, das verbindet!

Im Rahmen unseres sozialen Dienstes „Groß hilft Klein“ unterstützen Marienauer Schüler ab Klasse 9 einmal pro Woche nicht-muttersprachliche Kinder an der Dahlenburger Grundschule. Sie helfen bei den Hausaufgaben und fördern spielerisch die Deutschkenntnisse Grundschüler.

Warum mitmachen? Soziale Kompetenzen stärken: Empathie, Geduld und Verantwortungsbewusstsein entwickeln. Wissen weitergeben: Lerninhalte erklären, auf andere eingehen, Sprachförderung unterstützen. Interkulturelle Erfahrungen sammeln: Offenheit und Verständnis für andere Kulturen fördern. Etwas Gutes tun – und dabei Spaß haben!

Das Projekt richtet sich an Schüler ab Klasse 9, die Freude an der Arbeit mit Kindern haben und sich engagieren möchten.

Ort: Fürstenwall-Grundschule Dahlenburg

Zeit: Montags, 14.00-15.15 Uhr (Lernzeit fällt aus)

Hinweis: Außer bei ausgeprägtem „Schietwetter“ fahren wir mit dem Fahrrad nach Dahlenburg.

KRAFT- & CARDIORAUM

Dieter Kontowski

Hauptaufgabe dieses Sozialen Dienstes ist der abendliche Check auf Ordnung und Sauberkeit sowie die Mitgestaltung der Fitnessräume (z. B. Outdoor-Park). Schüler solle Freude an der Nutzung des Equipments haben und sich wohlfühlen. Der Dienst stellt damit auch ein Bindeglied zwischen Schülern und den Lehrkräften dar. Er fördert nicht nur Verantwortung und soziale Fähigkeiten der älteren Schülern, sondern auch die sportliche Aktivität und das Gemeinschaftsgefühl.



MENTORENSCHAFTEN

Isabel Mundhenk, Kara Meints

Die Mentorenschaften in Marienau sind ein sozialer Dienst, bei dem ältere Schüler neuen und jüngeren Schülern helfen, sich in der schulischen und sozialen Umgebung Marienaus zurechtzufinden. Sie bieten Unterstützung bei persönlichen und schulischen Herausforderungen und fördern durch vertrauensvolle Beziehungen soziale Kompetenzen wie Kommunikation und Konfliktlösung. Besonders für die neuen Schüler sind die Mentorenschaften eine wichtige Hilfe, um sich in die Gemeinschaft zu integrieren. Sie stärken das Gemeinschaftsgefühl und ermöglichen es den Mentoren, Verantwortung zu übernehmen.

OBLIGO

Tobias Karrasch

Gemeinsam gestalten wir abwechslungsreiche Veranstaltungen für Schüler, Mitarbeitende und Eltern. Wir laden dazu interessante Persönlichkeiten ein, die von ihren Erfahrungen, Lebenswegen, beruflichen Werdegängen oder Fachgebieten berichten. So entstehen lebendige Programme von Konzerten und Theateraufführungen bis hin zu Podiumsdiskussionen.

POSTDIENST

Susanna Pape, Birgit Hoffmann

Der Postdienst in Marienau ist ein kleines Team, das die Schüler mit Briefen und den jeweiligen bestellten Paketen versorgt. Das Team holt täglich im Schülerbüro die ankommene Post ab und verteilt diese vor dem Mittagessen an die jeweilige Tischgruppe des Schülers.

SCHULCAFÉ BONDY'S GARTEN

Larissa Alberding, Inga Bohnsack »

Freitags nach Absprache, 15:50 – 17:10 Uhr

Die Schüler übernehmen eigenverantwortlich Schichten, in denen sie das Café öffnen, Kaffee und Kuchen verkaufen und für eine angenehme Atmosphäre im Bondy's Garten sorgen.

Wir treffen uns nach Absprache freitags um 15:50 Uhr. Darüber hinaus übernehmen die Teilnehmenden eigenständig feste Schichten, die wöchentlich zu einer vereinbarten Uhrzeit stattfinden und mit dem eigenen Stundenplan abgestimmt werden.

Eigene Ideen zur Gestaltung sind ausdrücklich willkommen: Ob neue Angebote wie Waffelbacken, kreative Aktionen, Spieleabende oder selbstorganisierte Events – Bondy's Garten soll ein lebendiger Ort werden, der von den Schülern aktiv mitgestaltet wird.

TECHNIK

Meik Schneider » Donnerstags,
15:50 – 17:10 Uhr

Die Technik-AG betreut die Medien- und Veranstaltungstechnik in Marienau und ist immer dann im Einsatz, wenn eine Veranstaltung stattfindet. Dazu gehören z. B. Obligos, der Tag der offenen Tür, das Sommerfest oder auch Wochenendveranstaltungen. In den AG-Stunden werden die Schüler in die verschiedenen Anlagen und Geräte (Mischpult, Beamer, Mikrofone usw.) eingewiesen und üben für einen möglichst reibungslosen Ablauf der Veranstaltungen.

Wird die Technik-AG während des laufenden Unterrichts benötigt, können geeignete Schüler vom Unterricht freigestellt werden.



Ehrenämter

für interne Schüler, ab Klasse 9

BEGRÜSSUNGSDIENST

Der „Begrüßungsdienst“ ist ein Ehrenamt, bei dem Schüler sowohl neue Internatbewohner als auch externe Gäste bei ihrem Ankommen empfangen und unterstützen. Sie begleiten Neuankömmlinge, zeigen das Gelände, erklären Abläufe und helfen bei der Integration in die Gemeinschaft. Bei Veranstaltungen und besonderen Anlässen stehen sie den Gästen als Ansprech-Personen zur Verfügung, sorgen für Orientierung und einen angenehmen Aufenthalt.



CORNETT

Astrid Günther, Dieter Kontowski

Der Cornett ist eine verantwortungsvolle und unterstützende Rolle älterer Schüler, die den jüngeren Internats-Schülern als eine Art große Schwester oder großer Bruder zu Seite stehen. Cornetts wohnen mit den Jüngeren auf dem selben Gang und agieren zusätzlich zu den Gangbetreuenden als Ansprechund Vertrauenspersonen. Sie bieten den Jüngeren einen Raum, indem sie sich wohlfühlen und vertrauensvoll an sie wenden können – sei es bei Problemen, Sorgen oder einfach nur, um einen Austausch zu suchen. Diese Nähe zu den jüngeren Schülern schafft ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit im Internatsleben und fördert ein starkes Gemeinschaftsgefühl. In enger Zusammenarbeit mit den Gangbetreuenden übernehmen die Cornetts bei Bedarf verschiedene Aufgaben, wie zum Beispiel das morgendliche Wecken, das abendlichen Zu-Bett-Bringen, oder sie unterstützen in den Lernzeiten.

SCHULVERSAMMLUNG

Alexander Dölecke

Die Schulversammlung ist ein Gremium, in dem alle Schüler zusammenkommen, um wichtige Themen und Anliegen der Schulgemeinschaft zu besprechen. Hier können Schüler ihre Meinungen äußern, Vorschläge einbringen und über aktuelle Belange des Internatslebens diskutieren. Die Schulversammlung bietet eine Plattform für Austausch und demokratische Mitbestimmung, da Entscheidungen, die das Internatsleben betreffen, gemeinsam besprochen und abgestimmt werden. Sie stärkt den Zusammenhalt der Schüler und ermöglicht es ihnen, aktiv das Schulleben mitzugestalten.

SCHÜLERVERTRETER

Alexander Dölecke

Die Schülervertreter repräsentiert die gesamte Schülerschaft gegenüber der Schulleitung und dem Lehrerkollegium. In dieser verantwortungsvollen Position setzen sie sich für die Interessen und Anliegen aller Schüler ein und nehmen an wichtigen Gremien oder Besprechungen teil, um bei schulischen Entscheidungen mitzuwirken. Sie organisieren Projekte, vertreten die Schülerschaft bei Veranstaltungen und sorgen für einen konstruktiven Dialog zwischen Schülern, Lehrkräften und der Schul- und Internatsleitung. Zudem fördern sie das Gemeinschaftsgefühl und die Mitbestimmung im Internatsleben.

BELEGUNGSOPTION

1 Ehrenamt ersetzt eine AG oder 1 Sozialen Dienst



Individuelle Aktivitäten

für interne Schüler

Neben den genannten Angeboten, haben Schüler auch die Möglichkeit zu individuellen Aktivitäten, wie zum Beispiel private Musik- oder Reitstunden, Nachhilfestunden oder die Teilnahme an externen Vereinsangeboten. So können Schüler ihre persönlichen Interessen und Talente weiterentwickeln. Die Abrechnung erfolgt direkt mit den Lehrenden oder Anbietenden.

PRIVATE MUSIKSTUNDEN

- ▷ Violine, Mundharmonika, Schlagzeug, Gitarre (Akustik- und E-Gitarre), Klavier

BELEGUNGSOPTION

1 Individuelle Aktivität ersetzt 1 AG



Wochenendangebote

für interne Schüler

Unsere Sozialpädagogen planen und organisieren wechselnde Angebote für die Wochenenden, wie z.B: gemeinsame Spiele, Kinobesuche, Sportaktivitäten...





ANGEBOT	UHRZEIT				ALTER / KLASSE	ORT	LEITUNG	BEMERKUNGEN
	14:10 — 15:30	15:50 — 17:10	17:20 — 18:40	19:40 — 21:00				
MONTAG								
Schach (Challenge AG)		x			ab Klasse 6	Computerraum	Hr. Panning	
Backen		x			Alle	Lehrküche	Fr. Gerigk	max. 10 TN
Functional Fitness			x		Alle	Sporthalle	Hr. Humrich	max. 15 TN
Geschichte Nau		x			Alle	Archiv	Hr. Greiffenstern	
Golf	ab 14:00 Uhr				Alle	Golfplatz	Hr. Wahlgren	80 € / Halbjahr max. 8 TN
Holzwerkstatt		x			Alle	Teestube	Fr. Alberding	
Kleine Köche	x				Klasse 5 + 6	Lehrküche	Fr. Gerigk	max. 10 TN
Mädchen AG		x			Alle	Zeichensaal	Fr. Alberding	15 € / Halbjahr
Pilates			x		Alle	Sporthalle	Fr. Mundhenk	
Rope Skipping	x				Alle	Sporthalle	Fr. Hinrichs	
Yoga				x	Alle	Atelier	Fr. Barth	
DIENSTAG								
Badminton			x		Klasse 5 – 8	Sporthalle	Fr. Martinovic	
Badminton				x	Klasse 9 – 13	Sporthalle	Fr. Martinovic	
Basketball				x	Klasse 9 – 13	Turnhalle	Hr. Schmitz	
Boxen			x		ab Klasse 9	Sporthalle	Fr. Meints	
Chor	19:30 – ca. 20:45 Uhr				Alle	Bondyhaus	Hr. Fiechtner	
Fußball		x			ab Klasse 9	Sportplatz	Hr. Kontowski	
Reiten	ab 14:00 Uhr ab 15:45 Uhr				Alle	Reitplatz	Fr. Nebel Fr. Peter	20 € im Monat
Schulband			x		Alle, die ein Instrument spielen, kein Unterricht	Musikraum	Hr. Schneider	
Shanty-Chor	20:45 – 21:45 Uhr				Jungen	Bondyhaus	Hr. Fiechtner	



ANGEBOT	UHRZEIT				ALTER / KLASSE	ORT	LEITUNG	BEMERKUNGEN
	14:10 — 15:30	15:50 — 17:10	17:20 — 18:40	19:40 — 21:00				
MITTWOCH								
Kunst (Challenge AG)		×			Klasse 10 + 11	Kunstraum	Fr. Zhong	
Boxen			×		Klasse 7 + 8	Sporthalle	Fr. Meints	
Klettern		×			Klasse 5 – 8	Sporthalle	Hr. Schmitz	
Kochen		×			Alle	Küche	Fr. Gerigk	max. 10 TN
Latin Fitness			×		Alle	Sporthalle	Fr. Mundhenk	
Reiten	ab 14:00 Uhr ab 15:45 Uhr				Alle	Reitplatz	Fr. Nebel Fr. Peter	20 € im Monat
Tennis	Gruppe A: 15:50 – 16:30 Uhr Gruppe B: 16:30 – 17:10 Uhr				Anfänger	Tennisplatz / Sporthalle	Fr. Grandt	
Tennis			×		Fortgeschrittene	Tennisplatz / Sporthalle	Fr. Grandt	
Volleyball				×	ab Klasse 9	Sporthalle	Hr. Karrasch	
DONNERSTAG								
Future Diplomats (Challenge AG)		×			Klasse 10 + 11	EK1	Fr. Devos	
Laufen & Fitness (Challenge AG)		×			ab Klasse 6	Sportplatz	Hr. Panning	
Buchbinden & Urban Sketching		×			ab Klasse 8	Kunstraum	Fr. Jansen	max. 10 TN
Erzählwerkstatt		×			Alle	Bibliothek	Fr. Günther	
FabLab		×			ab Klasse 8	MWH Keller	Hr. Hinrichs	
Fußball		×			Klasse 5 – 8	Sportplatz	Hr. Simons	bei JEDEM Wetter!
Golf	14:00 – 17:00 Uhr				Alle	Golfplatz	Hr. Karrasch	80 € / Halbjahr max. 8 TN
Reiten	ab 14:00 Uhr ab 15:45 Uhr				Alle	Reitplatz	Fr. Nebel Fr. Peter	20 € im Monat
Tischtennis		×			Alle	Turnhalle	Hr. Greiffenstern	
FREITAG								
Spiel & Spaß	×				Klasse 5 + 6	Lernküche / Sporthalle	Fr. Gerigk	



ANGEBOT	UHRZEIT	ALTER / KLASSE	ORT	LEITUNG	BEMERKUNGEN
SOZIALE DIENSTE					
Bibliotheksdienst		ab Klasse 9		Fr. Martinovic	
Event-Team		ab Klasse 9		Hr. Kontowski Fr. Meints	
Fahrdienst		ab 18 Jahre		Fr. Günther Fr. Bohnsack	3 Monate Fahrerfahrung
Groß hilft Klein	Montag 13:45 – 15:30 Uhr	ab Klasse 9		Fr. Mundhenk	
Kraft- und Cardioraum		ab Klasse 9		Hr. Kontowski	
Mentorenschaft		ab Klasse 9		Fr. Mundhenk Fr. Meints	
Obligo		ab Klasse 9		Hr. Karrasch	
Postdienst		ab Klasse 9		Fr. Pape Fr. Hoffmann	
Schulcafé Bondy's Garten	nach Absprache	ab Klasse 9		Fr. Bohnsack Fr. Alberding	
Technik	Donnerstag 15:50 – 17:10 Uhr	ab Klasse 9		Hr. Schneider	
EHRENÄMTER					
Begrüßungsdienst		ab Klasse 9			
Cornett		ab Klasse 9		Fr. Günther Hr. Kontowski	
Schüler- versammlung		ab Klasse 9		Hr. Dölecke	
Schülervertreter		ab Klasse 9		Hr. Dölecke	
INDIVIDUELLE AKTIVITÄTEN – PRIVATE MUSIKSTUNDEN					
Akustik- und E-Gitarre	Dienstag & Donnerstag nach Absprache	Alle	Musikraum	Hr. Schneider	Pop + Rock sowie alle anderen modernen Stile
Klavier	Donnerstag nach Absprache	Alle	Bondyhaus	Hr. Fiechtner	
Schlagzeug	Dienstag nach Absprache	Alle	Musikraum	Hr. Buda	
Violine / Mundharmonika / Akustik-Gitarre (klassisch)	Donnerstag nach Absprache	Alle	Bondyhaus	Fr. Schmidt	





Staatlich anerkanntes Gymnasium
in freier Trägerschaft

ANSCHRIFT

Schule Marienau

21368 Dahlem-Marienau

Telefon: +49 5851 941-0

Fax: +49 5851 941-30

Mail: sekretariat@marienau.de

marienau.de

facebook.com/marienau

instagram.com/internat_marienau