



SPORTANGEBOT

Abteilung Turnen und Gymnastik

FC FORSTERN E.V.

Stand September 2022, falls Corona bedingt in der Halle möglich

MONTAG:

	<u>Halle:</u>			
08.30 – 09.30	Klein	Eltern-Kind-Turnen, ab ca. 7 Monate	ab 21.09.	Schmid-Wilms Michaela
09.30 – 10.30	Klein	Bodystyling mit Baby, Kurs, Ende Sept.		Schmid-Wilms Michaela
15.30 – 16.30	Groß	Gerätturnen, leistungsbezogen, Anfänger	ab 19.09.	Stumpfegger Madeleine
16.30 – 18.30	Groß	Gerätturnen, leistungsbezogen,	ab 19.09.	Stumpfegger Madeleine
19.00 – 21.00	Klein	Danceation	ab 19.09.	Salz Angela
19.00 – 20.00	Groß	Bodystyling	ab 19.09.	Schmid-Wilms Michaela
20.00 – 21.00	Groß	Step Anfänger/ Wiedereinsteiger	ab 19.09.	Schmid-Wilms Michaela

DIENSTAG:

08.30 – 09.30	Klein	Pilates	ab 20.09.	Ippisch Andrea
15.00 – 16.00	Groß A	Eltern-Kind-Turnen, ab 3 Jahre	ab 20.09.	Roß Steffi
16.00 – 17.00	Groß A	Eltern-Kind-Turnen, ab 2 Jahre	ab 20.09.	Roß Steffi
15.30 – 16.30	Klein	“Fit ins Alter“	ab 20.09.	Ippisch Andrea
17.30 – 19.00	Groß	Basketball, ab 9 Jahre, Training	ab 12.09.	Ortmayr Normann / Elger Nicolas
19.00 – 20.00	Groß	Bauch-Beine-Po	ab 20.09.	Oswald Ulrike
20.00 – 21.00	Groß	Yoga	ab 20.09.	Oswald Ulrike

MITTWOCH:

15.30 – 16.30	Groß	3./4. Klasse Bewegung und Spiel	ab 21.09.	Lang Veronika
16.30 – 17.30	Kl./Gr.	Rope Skipping – Sportliches Seilspringen	ab 13.09.	Hoffmann Bettina
19.00 – 20.00	Groß	Total-Body-Workout	ab 13.09.	Hausmann Dagmar
20.00 – 21.00	Groß	Qi Gong	ab 13.09.	Hausmann Dagmar
19.00 – 20.00	Klein	Karate für Fortgeschrittene ab 5. Kyu	ab 21.09.	Effenberger Thomas

DONNERSTAG:

14.30 – 15.30	Klein	Mini-Tanzma, 4-6 Jahre	ab 22.09.	Lang Veronika
15.30 – 16.30	Klein	Tanzma, 1. - 3. Klasse	ab 22.09.	Lang Veronika
16.45 – 17.45	Klein	Dance4kids	ab 14.09.	Salz Louisa / Schepetz Nina
19.00 – 20.00	Klein	Reflex	ab 14.09.	Salz Louisa / Ziegler Carina
17.30 – 18.30	Groß B	Karate für Kinder, ab 6 Jahre	ab 22.09.	Effenberger Thomas
18.30 – 19.30	Groß B	Karate für Jugendliche u. Erwachsene	ab 22.09.	Effenberger Thomas
19.00 – 20.00	Groß A	Rücken-Fit	ab 14.09.	Engelhardt Christiane
20.00 – 21.00	Klein	Pilates	ab 14.09.	Lotz Carolina
20.00 – 22.00	Groß	Volleyball für Erw. Und Jugendliche	ab 14.09.	Oswald Ulrike

FREITAG:

14.30 – 15.30	Groß B	Kinderturnen, ab ca. 4 Jahre	ab 23.09.	Roß Steffi
15.30 – 16.30	Groß B	1./2. Klasse Kinderturnen	ab 23.09.	Roß Steffi
18.30 – 20.00	Groß	Basketball für Erwachsene-Training	ab 14.09.	Reichenauer S. / Ortmayr N.

Bitte informieren sie sich über die jeweils aktuellen Bestimmungen zur Durchführung des Sportbetriebes auf der BLSV-Seite oder der Homepage des FC Forstern

Erwachsene bringen bitte festes Schuhwerk, etwas zu trinken und ein Handtuch mit.
Neuanmeldungen tätigen Sie bitte in den jeweiligen Übungsstunden.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:
Madeleine Beßelmann 1. Abteilungsleiterin Tel.: 0173 - 5802894
Stefanie Roß 2. Abteilungsleiterin Tel.: 08124 - 7132
oder an unsere qualifizierten Übungsleiter/innen in ihrer Stunde
oder online unter www.fcforstern.de