

SFCO-Sportprogramm vom 25.05. – 29.05.2020



Datum	Sportangebot	Anmeldung	Sonstiges
Montag 25.05.2020	<p>Wirbelsäulengymnastik 9:30 - 10:30 Uhr</p> <p><u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u></p>	<p>Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfc0.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816</p>	<p>Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen, auf alle Fälle aber ein großes Handtuch!</p> <p>In Sportzeug kommen!</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>
Montag 25.05.2020	<p>Yoga 10:45 - 12:00 Uhr</p> <p><u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u></p>	<p>feste Gruppe (angemeldete Mitglieder aus Zeit vor Corona), Einteilung ist erfolgt</p>	<p>Findet in der Sporthalle statt!!!</p> <p>Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen, auf alle Fälle aber ein großes Handtuch!</p> <p>In Sportzeug kommen!</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>
Montag 25.05.2020	<p>Wirbelsäulengymnastik 19:00 - 20:00 Uhr</p> <p><u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u></p>	<p>Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfc0.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816</p> <p>begrenzte Teilnehmerzahl</p>	<p>Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen, auf alle Fälle aber ein großes Handtuch!</p> <p>In Sportzeug kommen!</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>

<p>Dienstag 26.05.2020</p>	<p>Erwachsene Schützen 1. Gruppe: 16:30 - 18:30 Uhr 2. Gruppe: 19:00 - 21:00 Uhr</p> <p>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</p>	<p>Einteilung ist bereits erfolgt</p>	<p>Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>laut abgesprochenem Konzept</p>
<p>Dienstag 26.05.2020</p>	<p>Pilates 1. Gruppe: 17:00 - 18:15 Uhr 2. Gruppe: 18:30 - 19:45 Uhr</p> <p>nur bestehende Gruppenmitglieder!</p> <p>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</p>	<p>Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816</p> <p>begrenzte Teilnehmerzahl</p>	<p>Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>Findet in der Sporthalle statt!!!</p> <p>wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen, auf alle Fälle aber ein großes Handtuch!</p> <p>In Sportzeug kommen!</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>
<p>Mittwoch 27.05.2020</p>	<p>(Nordic)Walking Start um 18:00 Uhr ab DGH</p>	<p>Anmeldung erwünscht per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816</p>	<p>Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>Es wird in 2er Gruppen mit Abstand gewalkt.</p>
<p>Mittwoch 27.05.2020</p>	<p>Volleyball 20:00 - 22:00 Uhr</p> <p>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</p>	<p>Anmeldung wird über die Sparten- und Übungsleitung geregelt.</p>	<p>Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>In Sportzeug kommen!</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>
<p>Donnerstag 28.05.2020</p>	<p>Yoga 1. Gruppe: 17:30 - 18:45 Uhr 2. Gruppe: 19:00 - 20:00 Uhr 3. Gruppe: 20:15 - 21:30 Uhr</p> <p>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</p>	<p>feste Gruppe (angemeldete Mitglieder aus Zeit vor Corona), Einteilung ist erfolgt</p>	<p>Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>Findet in der Sporthalle statt!!!</p> <p>wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen, auf alle Fälle aber ein großes Handtuch!</p>

			In Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Donnerstag 28.05.2020	Aroha 18:00 - 18:45 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Findet draußen statt!!! In Sportzeug kommen!
Donnerstag 28.05.2020	Bauchfit 19:00 - 19:45 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Findet draußen statt!!!
Freitag 29.05.2020	Aktiv-70-Plus 9:30 - 10:30 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	Gruppengröße erfordert keine Anmeldung	Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen , auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Freitag 29.05.2020	CrossWorks 17:30 - 18:30 Uhr (unter Vorbehalt) <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Findet in der Sporthalle statt!!! wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen , auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle