

SFCO-Sportprogramm vom 01.06. – 07.06.2020



Datum	Sportangebot	Anmeldung	Sonstiges
Montag 01.06.2020	Pfingstmontag: kein Sportbetrieb!		
Dienstag 02.06.2020	Erwachsene Schützen 1. Gruppe: 17:00 Uhr 2. Gruppe: 18:00 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	Einteilung ist bereits erfolgt	Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! laut abgesprochenem Konzept Eingang: Haupteingang / Ausgang: Haupteingang
Dienstag 02.06.2020	Pilates 1. Gruppe: 17:00 - 18:15 Uhr 2. Gruppe: 18:30 - 19:45 Uhr nur bestehende Gruppenmitglieder! <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 MNS 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
Mittwoch 03.06.2020	(Nordic)Walking Start um 18:00 Uhr ab DGH	Anmeldung erwünscht per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816	Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Es wird in 2er Gruppen mit Abstand gewalkt.
Mittwoch 03.06.2020	Lauftreff Start um 18:15 Uhr ab DGH		Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Es wird in 2er Gruppen mit Abstand gelaufen.

Mittwoch 03.06.2020	Darts 18:30 - 20:00 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	Anmeldung erforderlich direkt bei Gerhard Koll Tel. 0173 3877189 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Eingang und Ausgang: Terrassentür
Mittwoch 03.06.2020	Chor à vocalo Stimmgruppenproben ab 19:15 - 21:30 Uhr Hygienekonzept wird kurzfristig eingestellt	festgelegte Kleingruppen	Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! findet draußen statt: Terrasse/Rasen am DGH Zugang über den Parkplatz
Mittwoch 03.06.2020	Volleyball 20:00 - 22:00 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	Anmeldung wird über die Sparten- und Übungsleitung geregelt.	Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! In Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Donnerstag 04.06.2020	Wirbelsäulengymnastik 10:00 - 11:00 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 MNS 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
Donnerstag 04.06.2020	Yoga 1. Gruppe: 17:30 - 18:45 Uhr 2. Gruppe: 19:00 - 20:00 Uhr 3. Gruppe: 20:15 - 21:30 Uhr	festе Gruppe lt. Einteilung durch Swantje	Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Findet in den Gemeinschaftsräumen statt!!!

	<u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>		wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen , auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen! Eingang und Ausgang: Terrassentür
Donnerstag 04.06.2020	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 MNS 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
Donnerstag 04.06.2020	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 MNS 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
Donnerstag 04.06.2020	Tanzen 20:00 - 22:00 Uhr Hygienekonzept wird kurzfristig eingestellt	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! laut abgesprochenem Konzept Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Freitag 05.06.2020	Aktiv-70-Plus 9:30 - 10:30 Uhr	Gruppengröße erfordert keine Anmeldung	Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!

	<p><u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u></p>		<p>wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen, auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen!</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>
<p>Freitag 05.06.2020</p>	<p>CrossWorks 17:30 - 18:30 Uhr (unter Vorbehalt)</p> <p><u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u></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 MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen, auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen!</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>
<p>Sonntag 07.06.2020</p>	<p>Lauftreff Start um 09:30 Uhr ab DGH</p>		<p>Das Tragen eines MNS beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>Es wird in 2er Gruppen mit Abstand gelaufen.</p>