

SFCO-Sportprogramm vom 06.07. – 12.07.2020



Datum	Sportangebot	Anmeldung	Sonstiges
Montag 06.07.2020	Zirkus O Zeiten in den Ferien nach Vereinbarung Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	festе Gruppen lt. Einteilung durch Cheyenne und Alex Derzeit können leider keine neuen Kinder aufgenommen werden.	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! laut abgesprochenem Konzept Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Montag 06.07.2020	Wirbelsäulengymnastik 19:00 - 20:00 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfc0.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung 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
Montag 06.07.2020	Beachvolleyball 19:00 - 21:00 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	Anmeldung erforderlich über Michael Reimnitz (Spartenleiter) per WhatsApp 0176 97514107 maximal 10 Teilnehmer*innen (ansonsten siehe Hygienekonzept)	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Wer ins DGH muss, bitte ebenfalls Mund-Nasen-Bedeckung tragen! möglichst in Sportzeug kommen!
Dienstag 07.07.2020	Erwachsene Schützen 1. Gruppe: 17:00 Uhr 2. Gruppe: 18:00 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	laut Einteilung	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! laut abgesprochenem Konzept Eingang: Haupteingang / Ausgang: Haupteingang

Dienstag 07.07.2020	Kinderturnen 3-5 Jahre 15:30 - 16:45 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 maximal 8 Teilnehmer*innen	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! In Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Dienstag 07.07.2020	Pilates 1. Gruppe: 17:00 - 18:15 Uhr 2. Gruppe: 18:30 - 19:45 Uhr nur bestehende Gruppenmitglieder! Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl (wird Gruppenintern geregelt)	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Findet in der Sporthalle oder draußen statt. wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen , auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen! Eingang und Ausgang: Terrassentür
Mittwoch 08.07.2020	Einrad Fly' ng Wheels 18:00 - 19:45 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	feste Gruppen lt. Einteilung	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Eigenes Einrad mitbringen! In Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Mittwoch 08.07.2020	(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 einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Es wird in 2er Gruppen mit Abstand gewalkt.
Mittwoch 08.07.2020	Lauftreff Start um 18:15 Uhr ab DGH		Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Es wird in 2er Gruppen mit Abstand gelaufen.
Mittwoch 08.07.2020	Darts 18:30 - 20:00 Uhr	Anmeldung erforderlich direkt bei Gerhard Koll Tel. 0173 3877189	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!

	Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	begrenzte Teilnehmerzahl	Eingang und Ausgang: Terrassentür
Mittwoch 08.07.2020	Volleyball 20:00 - 22:00 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	Anmeldung erforderlich über Michael Reimnitz (Spartenleiter) per WhatsApp 0176 97514107 maximal 10 Teilnehmer*innen (ansonsten siehe Hygienekonzept)	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! In Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Donnerstag 09.07.2020	Wirbelsäulengymnastik 10:00 - 11:00 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung 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 09.07.2020	Aroha 18:00 - 18:45 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung 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 09.07.2020	Bauchfit 19:00 - 19:45 Uhr Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!	Anmeldung erforderlich per E-Mail office@sfco.de Tel. 0431 - 6707 4395 WhatsApp/SMS 0173 6483816 begrenzte Teilnehmerzahl	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung 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 09.07.2020	<p>Tanzen 20:00 - 22:00 Uhr</p> <p><u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u></p>	<p>Anmeldung erforderlich Anmeldung wird über die Sparten- und Übungsleitung geregelt.</p> <p>begrenzte Teilnehmerzahl</p>	<p>Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>laut abgesprochenem Konzept</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>
Freitag 10.07.2020	<p>Aktiv-70-Plus 10:30 - 11:30 Uhr</p> <p><u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u></p>	<p>Gruppengröße erfordert keine Anmeldung</p>	<p>Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung 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>
Freitag 10.07.2020	<p>CrossWorks 18:00 Uhr (ggf. auch 17:30 Uhr)</p> <p>(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 einer Mund-Nasen-Bedeckung 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>
Freitag 10.07.2020	<p>Fußball Herren nach Vereinbarung</p>	<p>maximal 10 Teilnehmer*innen</p>	<p>Findet draußen statt.</p> <p>Wer ins DGH muss, bitte Mund-Nasen-Bedeckung tragen!</p> <p>In Sportzeug kommen!</p>
Sonntag 12.07.2020	<p>Lauftreff Start um 09:30 Uhr ab DGH</p>		<p>Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>Es wird in 2er Gruppen mit Abstand gelaufen.</p>

