

SFCO-Sportprogramm vom 20.07. – 26.07.2020



Datum	Sportangebot	Anmeldung	Sonstiges
Montag 20.07.2020	<p>Wirbelsäulengymnastik 09:30 - 10:30 Uhr</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 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>
Montag 20.07.2020	<p>Yoga 10:45 - 12:00 Uhr</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>freies Angebot 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>
Montag 20.07.2020	<p>Zirkus O Zeiten in den Ferien nach Vereinbarung</p> <p>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</p>	<p>festе Gruppen lt. Einteilung durch Cheyenne und Alex</p> <p>Derzeit können leider keine neuen Kinder aufgenommen werden.</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>
Montag 20.07.2020	<p>Wirbelsäulengymnastik 19:00 - 20:00 Uhr</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 einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!!</p>

			wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen , auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Montag 20.07.2020	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!!! In Sportzeug kommen!
Dienstag 21.07.2020	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 21.07.2020	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!!!! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Haupteingang
Dienstag 21.07.2020	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!!! 1. Gruppe in der Sporthalle Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle 2. Gruppe unten im großen Gemeinschaftsraum Eingang und Ausgang: Terrassentür

			wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen , auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen!
Dienstag 21.07.2020	Badminton-Erwachsene ab 18:30 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 maximal 10 Teilnehmer*innen (ansonsten siehe Hygienekonzept)	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Findet in der Sporthalle statt. möglichst in Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Mittwoch 22.07.2020	Einrad Fly' ng Wheels 18:00 - 19:45 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	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 22.07.2020	(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 22.07.2020	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 22.07.2020	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 einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Eingang und Ausgang: Terrassentür

<p>Mittwoch 22.07.2020</p>	<p>Volleyball 20:00 - 22:00 Uhr</p> <p>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</p>	<p>Anmeldung erforderlich über Michael Reimnitz (Spartenleiter) per WhatsApp 0176 97514107</p> <p>maximal 10 Teilnehmer*innen (ansonsten siehe Hygienekonzept)</p>	<p>Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p> <p>In Sportzeug kommen!</p> <p>Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle</p>
<p>Donnerstag 23.07.2020</p>	<p>Wirbelsäulengymnastik 10:00 - 11:00 Uhr</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 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>
<p>Donnerstag 23.07.2020</p>	<p>Aroha 18:00 - 18:45 Uhr</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 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>
<p>Donnerstag 23.07.2020</p>	<p>Bauchfit 19:00 - 19:45 Uhr</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 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>
<p>Donnerstag 23.07.2020</p>	<p>Tanzen 20:00 - 22:00 Uhr</p>	<p>Anmeldung erforderlich Anmeldung wird über die Sparten- und Übungsleitung geregelt.</p>	<p>Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!!</p>

	<u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	begrenzte Teilnehmerzahl	laut abgesprochenem Konzept Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Freitag 24.07.2020	Aktiv-70-Plus 09:30 - 10:30 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	Gruppengröße erfordert keine Anmeldung	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
Freitag 24.07.2020	Fußball Herren nach Vereinbarung	maximal 10 Teilnehmer*innen	Findet draußen statt. Wer ins DGH muss, bitte Mund-Nasen-Bedeckung tragen! In Sportzeug kommen!
Sonntag 26.07.2020	Lauftreff Start um 09:30 Uhr ab DGH		Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Es wird in 2er Gruppen mit Abstand gelaufen.