

SFCO-Sportprogramm vom 27.07. – 02.08.2020



Datum	Sportangebot	Anmeldung	Sonstiges
Montag 27.07.2020	<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 27.07.2020	<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 (jeder der mag, darf kommen!) 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 27.07.2020	<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 27.07.2020	<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 27.07.2020	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 28.07.2020	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 28.07.2020	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 28.07.2020	Pilates beide Gruppen zusammen um 17:30 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!!! beide Gruppen zusammen in der Sporthalle von 17:30 - 18:45 Uhr Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle wenn möglich bitte eigene Matte mitbringen , auf alle Fälle aber ein großes Handtuch! In Sportzeug kommen!

Dienstag 28.07.2020	Badminton-Erwachsene 19:00 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 maximal 10 Teilnehmer*innen (ansonsten siehe Hygienekonzept)	Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung beim Kommen und Gehen ist verpflichtend!!! Findet in der Sporthalle statt. Start: 19:00 Uhr möglichst in Sportzeug kommen! Eingang: Haupteingang / Ausgang: Notausgang Halle
Mittwoch 29.07.2020	Einrad Fly' ng Wheels 18:00 - 19:45 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	festе 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 29.07.2020	(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 29.07.2020	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 29.07.2020	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
Mittwoch 29.07.2020	Volleyball 20:00 - 22:00 Uhr <u>Hier könnt ihr das komplette Hygienekonzept nachlesen!</u>	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 30.07.2020	<p>Wirbelsäulengymnastik 10:00 - 11:00 Uhr</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>
Donnerstag 30.07.2020	<p>Aroha 18:00 - 18:45 Uhr</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>
Donnerstag 30.07.2020	<p>Bauchfit 19:00 - 19:45 Uhr</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>
Donnerstag 30.07.2020	<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>

<p>Freitag 31.07.2020</p>	<p>Aktiv-70-Plus 10:30 - 11:30 Uhr <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>
<p>Freitag 31.07.2020</p>	<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>
<p>Sonntag 02.08.2020</p>	<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>