

Hallenbelegung des FC Dechsendorf e.V. Herbst / Winter 2024



Tag	Abt.	Uhrzeit	Kurs	Ort	Übungsleiter*in / Trainer*in
Montag					
	TT	08:00 – 10:00	Tischtennis Senioren	GR	G. Müller
	FI	15:00 – 16:00	Ballsport 1. & 2. Klasse	TH	J. Nester
	FI	16:00 – 17:00	Ballsport 3. & 4. Klasse	TH	J. Nester
	FI	18:00 – 19:30	Yoga	TH	K. Rauscher
	FI	18:30 – 20:00	Rundum fit und entspannt	GR	S. Erhardt
	FI	20.15 – 21:15	Physiolates*	GR	K. Markl
Dienstag					
	FI	15:30 – 17:00	Kinderturnen 3-4 Jahre	TH	M. Keil
	FI	17:00 – 18:00	Funktionelle Damengymnastik	GR	G. Winkler
	FI	18:00 – 19:00	Männer-WS & Körperfitness	GR	G. Winkler
	KA	18:30 – 19:30	Karate Kinder Schnupperkurs	TH	T. Struwe
	KA	18:30 – 19:45	Karate Kinder/Jugend 8-14 Jahre	TH	T. Struwe
	KA	20:00 – 21:15	Karate Schnupperkurs Ü30	TH	T. Struwe
	KA	20:00 – 21:30	Karate Erwachsene	GR	T. Struwe
Mittwoch					
	FI	09:50 – 11:20	Kinderturnen 1½ - 3 Jahre	TH	M. Neuper / C. Leipold
	FI	16:00 – 18:00	Geräteturnen Mädchen ab 6 Jahre	TH	G. Winkler
	TT	18:00 – 22:00	Tischtennis Jugend und Herren	TH	P. Teller / G. Müller
	FI	18:30 – 19:30	Fitnessgymnastik von Kopf bis Fuß	GR	B. Läger
	FI	20:15 – 21:15	Männersportgruppe**	GR	U. Nester
Donnerstag					
	FI	09:15 – 10:45	Wirbelsäulengymnastik	GR	U. Rieke
	FI	16:00 – 17:00	Rollkunstlauf Gruppe 1**	TH	V. Demmelhuber
	FI	17:00 – 18:00	Rollkunstlauf Gruppe 2**	TH	V. Demmelhuber
	FI	18:00 – 19:00	Rollkunstlauf Gruppe 3**	TH	V. Demmelhuber
	KA	18:00 – 20:00	Karate Kinder/Jugend 8-14 Jahre	GR	P. Franke
	VB	19:00 – 20:30	Volleyball	TH	J. Häusler
	KA	20:00 – 21:30	Karate Fortgeschrittene Gruppe	GR	T. Struwe
Freitag					
	FI	10:30 – 11:30	Bodystyle / Yoga	GR	K. Rauscher
	TT	18:00 – 19:30	Tischtennis Anfänger	TH	P. Teller / G. Müller
	TT	19:30 – 22:00	Tischtennis Herren	TH	P. Teller / G. Müller
Samstag					
	KA	10:00 – 11:30	Karate Erwachsene Unterstufe	GR	T. Struwe
	KA	11:30 – 12:30	Karate Erwachsene Oberstufe	GR	T. Struwe
	TT	15:00 – 21:00	Tischtennis Jugend und Herren	TH	P. Teller / T. Dorsch

* Kurs mit Kursgebühr, ** Nur mit Anmeldung

Abt. / Abteilung: FB Fußball, FI Fitness, KA Karate,
TT Tischtennis, VB Volleyball
Ort: GR Gymnastikraum, TH Turnhalle, FR Im Freien,
ASG Turnhalle ASG Gymnasium
Ansprechpartner: Uli Nester Tel. 09135 / 7359535

Die aktuelle Hallenbelegung
und Kursübersicht finden Sie
auch auf unserer Homepage
<https://www.fcd-er.de/> unter
der Rubik „Downloads“.