



Nordic Walking mit Werner

Montags 9:00 Uhr – 10:30 Uhr

Termin	Treffpunkt
07.10.2019	Wochenendhäuser Derching
14.10.2019	Frechholzhausen
21.10.2019	Haberskirch
28.10.2019	Ferien
04.11.2019	Autobahnbrücke A8



Nordic Walking mit Angelika

Mittwoch 8:30Uhr bis 10:00 Uhr

Termin	Treffpunkt
02.10.2019	P1 Frechholzhausen
09.10.2019	Scheune Unterzell
16.10.2019	P3 Miedering
23.10.2019	P3 Miedering
30.10.2019	Ferien



Skigymnastik

Fit in den Winter mit Ski- und Konditionsgymnastik

Es ist schon wieder so weit – die Ski- und Konditionsgymnastik beginnt am

Dienstag, den 01. Oktober, um 19:30 – 20:30
im Gymnastikraum des FC Stätzling.

Damit wir alle zum Start der Skisaison 2019/2020 fit sind und schon der erste Skitag so richtig Spaß macht, empfiehlt sich natürlich ein frühzeitiges Training. Der Konditionsaufbau erfolgt kontinuierlich. Wie immer sind auch Nichtskifahrer und /oder Neueinsteiger herzlich willkommen. Auf viele treue wie auch neue Sportbegeisterte freut sich eure
Antonie Förster