

**Unser Sport- und Gymnastik-Angebot steht unter dem Motto:
„Mitmachen ist besser“**

- **Basketball** Ulrich Häfele Tel. (0821 - 70 73 70)
Mittw. u. Freit. 17.00 – 18.30 Uhr Jugend bis 14 Jahre. Turnh. VS Firnhaberau
Mittw. u. Freit. 18.30 – 20.00 Uhr Jugend und Erwachsene. Turnh. VS Firnhaberau
- **Boccia** Francesco Del Libano (Tel. 0821 - 59 19 63 od. 450 73 41)
Montag 17.00 – 21.00 Uhr DJK Sportanlage (für Anfänger)
Mittw. u. Freit. 16.00 – 20,00 Uhr DJK Sportanlage Training für Boccia Mitglieder
Samstag 16.00 – 20.00 Uhr DJK Sportanlage Training oder Turnier für Boccia Mitglieder
Sonntag 08.00 – 20.00 Uhr DJK Sportanlage Training oder Turnier für Boccia Mitglieder
- **Faustball** Albert Bayer Tel. 0821 / 42 51 03
Mittwoch 18.30 – 21.00 Uhr DJK Sportanlage April – Sept. (Hobby-Fußb.)
Mittwoch 20.00 – 21.30 Uhr Turnhalle Volksschule Firnhaberau
- **Body Workout & Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer** Uschi Löster (Tel. 0821 - 74 90 820)
Dienstag 19.00 – 20.00 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
20.00 – 21.00 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
- **Bodyforming Für Frauen und Männer** Uschi Löster (Tel. 0821 - 74 90 820)
Mittwoch 19.00 – 20.00 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
- **Bauch Spezial / Stretching für Frauen und Männer** Uschi Löster (Tel. 0821 - 74 90 820)
Mittwoch 20.00 – 21.00 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
- **Gymnastik für Seniorinnen und Senioren** Linda Rüster (Tel. 0821 - 70 51 91)
Donnerstag 15.00 – 16.00 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
- **Schongymnastik für Frauen** Uschi Löster (Tel. 0821 - 74 90 820)
Donnerstag 17.45 – 18.45 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
- **Oyama-Karate** Tadeusz Unilowski (Tel. 0176 - 20 37 05 62)
Dienstag 16.00 – 17.00 Uhr für Kinder bis 7 Jahre DJK Sporttage (BGZ)
Dienstag 17.00 – 18.30 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
Mittwoch 17.00 – 18.30 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
- **Tischtennis** Julian Kienberger (Tel. 0151 - 23 43 18 86)
Montag 16.30 – 19.30 Uhr DJK Sporttage (BGZ)
für Schüler und Jugendliche
Montag 19.30 – 22.00 Uhr DJK Sporttage (BGZ) für Erwachsene
Freitag 09.00 – 11.00 Uhr DJK Sporttage (BGZ) für Senioren

(Sporttage (BGZ) = Sporttage Begegnungszentrum. Eingang durch die Tiefgarage.)