



HALLEN-PROGRAMM - Stand 12.08.2020 ("Corona")



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
18:00 - 19:45 Uhr Karate (Kinder/Jugend/Erw.) mit Elvis Talstr. 65 - Hofdurchfahrt Kontakt: karate@ftv-duesseldorf.de	17:00 - 17:45 Uhr Faszien-Yoga mit Andrea Halle Florastr. 69 Kontakt: yoga@ftv-duesseldorf.de		18:00 - 19:45 Uhr Karate (Kinder/Jugend/Erw.) mit Elvis Talstr. 65 - Hofdurchfahrt Kontakt: karate@ftv-duesseldorf.de	
18:00 - 18:45 Uhr Bauch-Oberschenkel-Po mit Angelika Halle Florastr. 69 Kontakt: gymnastik@ftv-duesseldorf.de	18:00 - 18:45 Uhr Workout und Aerobic (Gruppe 1) mit Georgia Halle Florastr. 69 Kontakt: gymnastik@ftv-duesseldorf.de		18:00 - 19:45 Uhr (ab dem 27.08.) Box-Workout mit Percy Halle Florastr. 69 Kontakt: boxworkout@ftv-duesseldorf.de	
19:00 - 20:00 Uhr Body-Forming (Gruppe 1) mit Georgia Halle Florastr. 69 Kontakt: gymnastik@ftv-duesseldorf.de	19:00 - 20:00 Uhr Workout und Aerobic (Gruppe 2) mit Georgia Halle Florastr. 69 Kontakt: gymnastik@ftv-duesseldorf.de	19:00 - 19:45 Uhr Rückenfit mit Danika Halle Florastr. 69 Kontakt: ruecken-fit@ftv-duesseldorf.de		
20:15 - 21:30 Uhr Body-Forming (Gruppe 2) mit Georgia Halle Florastr. 69 Kontakt: gymnastik@ftv-duesseldorf.de	20:00 - 21:45 Uhr Basketball mit Detlef Halle Weberstr. 5 Kontakt: basketball@ftv-duesseldorf.de	20:00 - 21:30 Uhr Konditionstraining mit Jens Halle Florastr. 69 Kontakt: kondition@ftv-duesseldorf.de	20:00 - 21:45 Uhr Basketball mit Detlef Halle Jahnstr. 97 Kontakt: basketball@ftv-duesseldorf.de	
20:00 - 21:45 Uhr Volleyball mit Till Halle Weberstr. 5 Kontakt: volleyball@ftv-duesseldorf.de			20:00 - 21:45 Uhr Volleyball mit Judith Halle Florastr. 69 Kontakt: volleyball@ftv-duesseldorf.de	
19:30 - 22:00 Uhr Tischtennis (Erwachsene) Halle Hubbelrather Str. 13 Kontakt: tischtennis@ftv-duesseldorf.de		18:00 - 19:45 Uhr Tischtennis (Schüler/Jugend) Halle Weberstr. 5 Kontakt: tischtennis@ftv-duesseldorf.de	18:00 - 19:45 Uhr Tischtennis (Schüler/Jugend) Halle Weberstr. 5 Kontakt: tischtennis@ftv-duesseldorf.de	17:00 - 19:00 Uhr Tischtennis (Schüler/Jugend) Leistungstraining - nur bei Sonderabsprache Halle Florastr. 69
		20:00 - 22:00 Uhr Tischtennis (Erwachsene) Halle Weberstr. 5 Kontakt: tischtennis@ftv-duesseldorf.de	20:00 - 22:00 Uhr Tischtennis (Erwachsene) Halle Weberstr. 5 Kontakt: tischtennis@ftv-duesseldorf.de	19:00 - 22:00 Uhr Tischtennis (Erwachsene) Meisterschaftsspiele - kein Training Halle Florastr. 69 Kontakt: tischtennis@ftv-duesseldorf.de
				19:00 - 22:00 Uhr Tischtennis (Erwachsene) nur bei Sonderabsprache Halle Hubbelrather Str. 13 Kontakt: tischtennis@ftv-duesseldorf.de

Aktuelle Informationen:

www.ftv-duesseldorf.de

Bitte nach Möglichkeit eine eigene Matte, Handtuch und Trinkflasche mitbringen.
 FTV-Regelungen für das Hallen-Training und Online-Angebote: siehe Homepage / App