



# HERBSTFERIEN-PROGRAMM



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	<p><b>16:45 - 18:00 Uhr</b>  <b>Eltern-Kind-Turnen (2-4 J.)</b>  mit Lina  Halle Jahnstr. 97  Kontakt: eltern-kind@ftv-duesseldorf.de</p>		<p><b>18:30 - 20:15 Uhr</b>  <b>Karate (Kinder/Jugend/Erw.)</b>  mit Elvis  Konkordiastr. 26  Kontakt: karate@ftv-duesseldorf.de</p>	
	<p><b>18:00 - 19:00 Uhr</b>  <b>Zumba Gold</b>  mit Charlotte  Halle Friedenstr. 29 / Eingang Konkordiastr.  Kontakt: zumba@ftv-duesseldorf.de</p>	<p><b>18:00 - 19:00 Uhr</b>  <b>Rücken-Fit</b>  mit Danika  Halle Florastr. 69  Kontakt: ruecken-fit@ftv-duesseldorf.de</p>		
<p><b>19:00 - 20:00 Uhr</b>  <b>Body-Forming</b>  mit Georgia / Athina  Halle Florastr. 69  Kontakt: gymnastik@ftv-duesseldorf.de</p>	<p><b>19:00 - 20:00 Uhr</b>  <b>Zumba Fitness</b>  mit Charlotte  Halle Friedenstr. 29 / Eingang Konkordiastr.  Kontakt: zumba@ftv-duesseldorf.de</p>	<p><b>19:00 - 20:00 Uhr</b>  <b>Workout</b>  mit Danika  Halle Florastr. 69  Kontakt: ruecken-fit@ftv-duesseldorf.de</p>		
<p><b>20:00 - 22:00 Uhr</b>  <b>Body-Forming (nur 11.10.2021)</b>  mit Georgia  Halle Florastr. 69  Kontakt: gymnastik@ftv-duesseldorf.de</p>	<p><b>18:30 - 22:00 Uhr</b>  <b>BOX-CAMP</b>  mit Percy  Halle Florastr. 69  Kontakt: boxworkout@ftv-duesseldorf.de</p>			
	<p><b>20:00 - 22:00 Uhr</b>  <b>Basketball</b>  mit Detlef  Halle Weberstr. 5  Kontakt: basketball@ftv-duesseldorf.de</p>		<p><b>20:00 - 22:00 Uhr</b>  <b>Basketball</b>  mit Detlef  Halle Jahnstr. 97  Kontakt: basketball@ftv-duesseldorf.de</p>	
<p><b>20:00 - 22:00 Uhr</b>  <b>Volleyball</b>  mit Till  Halle Weberstr. 5  Kontakt: volleyball@ftv-duesseldorf.de</p>				

Aktuelle Informationen: [www.ftv-duesseldorf.de](http://www.ftv-duesseldorf.de) / Vereinsapp

Bitte nach Möglichkeit eine eigene Matte, Handtuch und Trinkflasche mitbringen. Die aktuellen Corona-Regelungen sind zu beachten.

Lauftreff und Nordic-Walking finden ganzjährig statt.