

Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V. Düsseldorf // AB JANUAR 2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
16.00 - 17.00 Uhr FTV Dance Crew 6-8 J. Halle Färberstr. 40	16.00 - 17.00 Uhr Senioren-sport Halle Florastr. 69	16.00 - 17.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen 2-4 J. Halle Färberstr. 40		16.30 - 18.00 Uhr Kinderturnen 7-13 J. (w) Halle Weberstr. 5		
16.30 - 17.45 Uhr Eltern-Kind-Turnen 2-4 J. Halle Florastr. 69	16.45 - 18.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen 2-4 J. Halle Jahnstr. 97	17.00 - 18.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen 3-5 J. Halle Färberstr. 40		18.00 - 19.00 Uhr Wettkampfgruppe 7-15 J. Halle Weberstr. 5		
17.00 - 18.00 Uhr FTV Dance Crew 9-11 J. Halle Färberstr. 40	17.00 - 18.00 Uhr Faszien-Yoga Halle Florastr. 69	17.30 - 19.00 Uhr Abenteuersport 8-12 J. Halle Jahnstr. 97		17.00 - 19.00 Uhr Tischtennis Jugend/Schüler (Leistungsstraining nur bei Sonderabsprache) Halle Florastr. 69		
17.00 - 18.00 Uhr Functional INDOOR Halle Fleher Str. 213	18.00 - 19.00 Uhr Stretching Halle Florastr. 69	17.00 - 18.00 Uhr Rücken mobil - Rücken stabil Halle Florastr. 69	18.00 - 19.00 Uhr Hatha-Yoga Halle Friedenstr. 29			
18.00 - 19.00 Uhr Integral Tai Chi - NEU Halle Fleher Str. 213	18.00 - 19.00 Uhr Cardio Functional Mix Halle Jahnstr. 97	18.00 - 19.00 Uhr Rücken-Fit Halle Florastr. 69	18.00 - 20.00 Uhr Box-Workout Halle Florastr. 69			
18.00 - 19.00 Uhr Bauch-Oberschenkel-Po (w) Halle Florastr. 69	18.00 - 20.00 Uhr Karate für Kinder/Jug./Erw. Halle Brinckmannstr. 16		18.00 - 20.00 Uhr Karate für Kinder/Jug./Erw. Halle Konkordiastr. 26			
18.00 - 19.00 Uhr Geräteturnen 7-13 J. Halle Färberstr. 40	18.00 - 19.00 Uhr Zumba Gold Halle Friedenstr.29	18.00 - 20.00 Uhr Tischtennis Jugend/Schüler Halle Weberstr. 5	18.00 - 20.00 Uhr Tischtennis Jugend/Schüler Halle Weberstr. 5			
18.30 - 20.00 Uhr Geräteturnen Fortgeschr. Halle Färberstr. 40	19.00 - 20.00 Uhr Zumba Fitness Halle Friedenstr.29					
18.30 - 22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene Halle Hubbelrather Str. 13	19.00 - 20.00 Uhr Fitness für alle/Stabi.-Training Halle Florastr. 69	19.00 - 20.00 Uhr Workout Halle Florastr. 69	19.00 - 20.00 Uhr Hatha-Yoga intensiv Halle Friedenstr. 29	19.00 - 22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene (Meisterschaftsspiele/kein Training) Halle Florastr. 69		
19.00 - 20.00 Uhr Body-Forming Halle Florastr. 69	19.00 - 20.30 Uhr Workout-Mix Halle Jahnstr. 97	20.00 - 22.00 Uhr Bewegungs- und Ausdauertr. Halle Florastr. 69		19.00 - 22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene (nur bei Sonderabsprache) Halle Hubbelrather Str. 13		
19.15 - 22.00 Uhr Volleyball Halle Weberstr. 5	20.00 - 22.00 Uhr Box-Training Halle Florastr. 69		20.00 - 22.00 Uhr Volleyball Halle Florastr. 69			
20.00 - 22.00 Uhr Body-Forming Halle Florastr. 69	20.00 - 22.00 Uhr Basketball Halle Weberstr. 5		20.00 - 22.00 Uhr Basketball Halle Jahnstr. 97			
	20.30 - 21.30 Uhr Basketball / Spikeball Halle Jahnstr. 97	20.00 - 22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene Halle Weberstr. 5	20.00 - 22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene Halle Weberstr. 5			
	18.50 Uhr Nordic-Walking / Walking Volksgarten / Uhren		20.00 - 21.00 Uhr Late-Workout @ ONLINE			
	18.50 Uhr Lauftreff (Anfänger, mittleres Tempo und Fortgeschrittene) Volksgarten / Uhren		18.30 Uhr Lauftreff (mittleres Tempo und Fortgeschrittene) Hammer Dorfstr. 112			
					8.30 Uhr(SZ) / 9.00 Uhr(WZ) Lauftreff (mittleres Tempo und Fortgeschrittene) P Wanderparkpl. Rolandsburg	9.00 Uhr(SZ) / 9.30 Uhr(WZ) Nordic-Walking / Walking P Wanderparkp. Rolandsburg
						8.30 Uhr(SZ) / 9.00 Uhr(WZ) Lauftreff (lange Läufe/Lauf-ABC/Tabata- Training/Intervalltraining) Theodor-Heuss-Brücke

- Gymnastik
- Home-Fitness @
- Senioren-sport
- Karate
- Kinderturnen
- Eltern-Kind-Turnen
- Volleyball
- Tischtennis
- Laufen und Walking



Aktuelle Informationen:

www.ftv-duesseldorf.de
oder
in unserer
Vereins-App