

Friedrichstädter Turnverein von 1880 e.V. Düsseldorf // SOMMERFERIEN - 3. und 4. Woche: 22.07.-04.08.2024

3. Woche

MONTAG 22.07.2024	DIENSTAG 23.07.2024	MITTWOCH 24.07.2024	DONNERSTAG 25.07.2024	FREITAG 26.07.2024
17.30 - 18.30 Uhr Functional Outdoor Sternwartpark		17.00 - 18.00 Uhr Rücken mobil - Rücken stabil Halle Florastr. 69		
19.00 - 20.00 Uhr Funktionale Fitness Sternwartpark	18.00 - 19.00 Uhr Cardio Functional Mix Halle Jahnstr. 97	18.00 - 19.00 Uhr Rücken-Fit Sternwartpark		
19.00 - 20.00 Uhr Body-Forming Halle Florastr. 69	18.00 - 19.00 Uhr Zumba Gold Halle Friedenstr.29	18.00 - 19.00 Uhr Zumba Schlosspark Eller	18.00 - 20.00 Uhr Box-Workout Halle Florastr. 69	
20.00 - 22.00 Uhr Body-Forming Halle Florastr. 69	19.00 - 20.00 Uhr Zumba Fitness 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	
		19.00 - 20.00 Uhr Stretch & Strength Halle Jahnstr. 97		
	20.00 - 22.00 Uhr Basketball Halle Weberstr. 5	19.00 - 20.00 Uhr Workout Sternwartpark	20.00 - 22.00 Uhr Volleyball Halle Florastr. 69	
		20.00 - 22.00 Uhr Bewegungs- und Ausdauertr. Halle Florastr. 69	20.00 - 22.00 Uhr Basketball Halle Jahnstr. 97	
		20.00 - 22.00 Uhr Fatburner Halle Jahnstr. 97	20.00 - 22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene Halle Weberstr. 5	

FTV
DÜSSELDORF
1880

Aktuelle Informationen:
www.ftv-duesseldorf.de
oder
in unserer
Vereins-App

- Gymnastik
- Sport im Park / SSB
- Seniorensport
- Karate
- Kinderturnen
- Eltern-Kind-Turnen
- Volleyball
- Tischtennis
- Laufen und Walking

4. Woche

MONTAG 29.07.2024	DIENSTAG 30.07.2024	MITTWOCH 31.07.2024	DONNERSTAG 01.08.2024	FREITAG 02.08.2024	DURCHGEHEND FINDEN STATT:	
17.30 - 18.30 Uhr Functional Outdoor Sternwartpark	16.45 - 18.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen 2-4 J. Halle Jahnstr. 97	17.00 - 18.00 Uhr Rücken mobil - Rücken stabil Halle Florastr. 69			DIENSTAG	SAMSTAG
19.00 - 20.00 Uhr Funktionale Fitness Sternwartpark		18.00 - 19.00 Uhr Rücken-Fit Sternwartpark			18.50 Uhr Nordic-Walking / Walking Volksgarten / Uhren	
19.00 - 20.00 Uhr Body-Forming Halle Florastr. 69	18.00 - 19.00 Uhr Zumba Gold Halle Friedenstr.29	18.00 - 19.00 Uhr Zumba Schlosspark Eller	18.00 - 20.00 Uhr Box-Workout Halle Florastr. 69		18.50 Uhr Lauftreff (Anfänger, mittleres Tempo und Fortgeschrittene) Volksgarten / Uhren	8.30 Uhr Lauftreff (mittleres Tempo und Fortgeschrittene) P Wanderparkpl. Rolandsburg
20.00 - 22.00 Uhr Body-Forming Halle Florastr. 69	19.00 - 20.00 Uhr Zumba Fitness 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			
	19.00 - 20.30 Uhr Workout-Mix Halle Jahnstr. 97	19.00 - 20.00 Uhr Stretch & Strength Halle Jahnstr. 97				
	20.00 - 22.00 Uhr Basketball Halle Weberstr. 5	19.00 - 20.00 Uhr Workout Sternwartpark	20.00 - 22.00 Uhr Volleyball Halle Florastr. 69			
		20.00 - 22.00 Uhr Bewegungs- und Ausdauertr. Halle Florastr. 69	20.00 - 22.00 Uhr Basketball Halle Jahnstr. 97			
		20.00 - 22.00 Uhr Fatburner Halle Jahnstr. 97	20.00 - 22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene Halle Weberstr. 5		18.30 Uhr Lauftreff (mittleres Tempo und Fortgeschrittene) Blasiusstraße 63	8.30 Uhr Lauftreff (lange Läufe/Lauf-ABC/Tabata-Training/Intervalltraining) Theodor-Heuss-Brücke