

# FSC-Sportwoche

2025	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Ort		Verantwortlich	Kontakt
Eltern-Kind-Turnen (3-4J.)					15:30 - 17:15			Schule an der Sambergerstraße 14, 81477 München		Lilien Noss Konstantin Selent	eltern-kind-turnen@forstenriedersc.de
Kinderturnen (5-7 J.)					15:30 - 17:30			Samberger Schule		Kristina Hocke Emma Wetter	kinderturnen@forstenriedersc.de
Kinderturnen (8-10 J.)				17:00 - 18:00				Samberger Schule		Lilien Noss Lina Jensen	kinderturnen@forstenriedersc.de
Gymnastik											
Senioren	18:30 - 19:30							Samberger Schule		Petra Brosch	gymnastik@forstenriedersc.de
Rücken Workout			18:00 - 19:00					Samberger Schule		Petra Brosch	gymnastik@forstenriedersc.de
Fitness			19:00 - 20:00					Samberger Schule		Petra Brosch	gymnastik@forstenriedersc.de
Laufen Outdoor		17:30 - 19:00 April bis Oktober						Westpark Parkplatz "Rosengarten", Oktober bis Ende März		Sebastian Stahlkopf	laufen@forstenriedersc.de
Méthode Naturelle							09:30 - 10:30	Isar Brudermühlbrücke		Karim Le Meur Nadja Gräf	methodenaturelle@forstenriedersc.de
Parkour					17.30 - 21:00			Samberger Schule		Martin Maierhofer Philipp Sowade	parkour@forstenriedersc.de
Pilates (mit Wirbelsäulengym.)		18.00 - 19:00						Samberger Schule		Ulla Jensen	pilates@forstenriedersc.de
Radsport - Rennradfahren		17.30 März/April/Oktober 18.00 Mai - August				10.00 Mai-August 13.00 Sept.-April.		Mittwochs ab Königswieser Str. 106, Wirtschaft „Da Giovanni“ Samstags ab Parkplatz Link-geräumt		Felix Schmid Guido Limmer	radSPORT@forstenriedersc.de
- Monatsfahrten						nach Ansage		siehe www.forstenriedersc.de		Christian Drum Martin Hofmann	radSPORT@forstenriedersc.de
- Sportradeln				14:00 April - September				ab Wirtschaft „Da Giovanni“		Siegfried Höcherl	089 / 141 52 75
Schwimmen				20:00-21:30				Engadiner Schulzentrum Zugang Graubündnerstraße		Martina Wismath Hans-Peter Wismath	schwimmen@forstenriedersc.de
Step-Aerobic		19:00 - 20:00						Samberger Schule		Jana Eybe Ulla Jensen	step-aerobic@forstenriedersc.de
Triathlon: - Schwimmen				20:00-21:30				Engadiner Schulzentrum Zugang Graubündnerstraße		Sebastian Stahlkopf	triathlon@forstenriedersc.de
- Rennrad		17.30 bzw. 18.00						zusammen mit Radsport, siehe oben Rennradfahren			triathlon@forstenriedersc.de
- Laufen		18.30						zusammen mit Laufen, s.o.		Sebastian Stahlkopf	
Volleyball		20:00 - 22:00		20:00 - 22:00				Samberger Schule		Konstantin Geisler	volleyball@forstenriedersc.de
Yoga (Hatha)			19:30 - 21:00					Samberger Schule		Angelika Bah Kira-Lee Bahner	yoga@forstenriedersc.de
								Vorstand		Andreas Brosch	info@forstenriedersc.de
								Kassenwart		Michael Zinn	kassenwart@forstenriedersc.de
								Mitgliederverwaltung		Leonie Keis	mitgliederverwaltung@forstenriedersc.de
<b>Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten. Bitte fragt bei den Verantwortlichen nach.</b>								Sportwart		Ulla Jensen	sportwart@forstenriedersc.de