

MTV Speicher 2023

Montag

wöchentlich

Faustball

Training

Ziel, Teilnahme an:

- Turnieren
- Meisterschaften
- Turnfesten

19 00

19 30

20 15

20 30

21 15

Mittwoch

wöchentlich

Fitness

- Allgemeine Fitness
- Einlaufen, Gymnastik
- Krafttraining, Ausdauer
- Bewegungskoordination

Diverse Spiele

Einkehr