

# FSC FunSport am Freitag

In dieser Gruppe treffen sich Leute ab dem 13. Lebensjahr jeden Freitag von 20.00 – 21.30 Uhr in der Erich Kästner Regionalschule, Hamburger Straße, Kaltenkirchen.

Die Gruppe wird im Wechsel von den Vorturnern mit Juleica Lizenz Niko Schlünzen, Kai Busch und Robert Gardt betreut. Feste Übungsleiterin ist Petra Radtke (alias Stormi, Jugendwartin des FSC).

Jede/r kann sich mit Wünschen und Vorschlägen in den Ablauf des Abends mit einbringen. Wir haben unter anderem Basketballbälle, Hallenfußbälle, 2 Tischtennisplatten, Badmintonschläger, Springseile (auch Double dutch Seile!), Frisbeescheiben und Tennisbälle zur Bespaßung in der Halle vorrätig.

## Ablauf der Sportstunde:

1. Aufwärmen mit Kleingeräten + Musik,
2. gemeinsames Besprechen des weiteren Ablaufs,
3. gemeinsames Aufbauen der Geräte (ggf. teilen der Halle durch den Vorhang),
4. gemeinsames Abbauen der Geräte,
5. Mannschaftsspiele,
6. duschen (wer mag),  
und ab ins Wochenende!

▶ ▶ ▶ Hier ist i m m e r viel Bewegung angesagt!  
Sportbekleidung und Hallenschuhe sind deshalb für a l l e Pflicht! ◀ ◀ ◀

*Sämtlicher Schmuck ist vor dem Sport abzulegen! Für Verletzungen, die durch Schmuckstücke begünstigt oder verursacht werden, übernimmt die Versicherung des Vereins keine Haftung! Die langen Haare bitte zum Zopf zusammenbinden! Bitte keine Haarreifen!*

In den Sommerferien 🗑️ wird die Sporthalle grundgereinigt...

...das heißt für uns: ☹ Sommerpause!

Für alle Schüler gibt's im Rathaus `nen kostenlosen Ferienpass! Schau da doch mal rein und probiere mal was neues aus!

Manchmal unternehmen wir auch mal etwas „außer der Reihe“.

Spaghetti „satt“ essen in Nützen, Grillen, Radtouren, Nutzung des Jugendraumes an der Schirnau, beim Weihnachtsmarkt im FSC - Zelt Tombolalose verkaufen, . . . , je nach Lust und Laune – Du entscheidest das mit!

Es grüßen die FunSportler vom FSC ☺!

Robert + Niko + Kai + Stormi

***Auch bei uns gilt: 3 x probieren, dann entscheiden!  
Nach dem dritten Probeabend entscheidest Du, ob Du Vereinsmitglied wirst!!!  
Für Vereinsmitglieder ist dieses Sportangebot im Mitgliedsbeitrag enthalten!***