

„ Festprogramm im Jubeljahr „



Samstag 22.07.2017

10:00 – 14:00 Uhr : F-Jugendturnier mit 10 Mannschaften

FC Osterbuch	FC PUZ
FC Heidenheim	TSV Wertingen
TSV Unterthürheim	FC Gundelfingen
TSV Meitingen	TSV Herbertshofen
SV Roggden	TSV Rain

09:40 – 17:45 Uhr : Fitnessstag (Programm siehe Rückseite)

14:00 – 17:00 Uhr : G-Jugendturnier mit 6 Mannschaften

FC Osterbuch	FC PUZ
TSV Wertingen	SV Roggden
BC Schretzheim	FC Langweid

15:00 – 17:00 Uhr : Einlagespiel der Seniorenmannschaft

FC Osterbuch – SC Biberbach

18:00 – 21:30 Uhr : Elfmeterturnier

GBV Osterbuch	Hütte Bocksberg	KSV Bocksberg
MV Laugna	Schützen Laugna	Schützen Asbach 1
FFW Laugna	Fa. Reitenberger	Schützen Asbach 2
Fa. Wagner	PGR Osterbuch	Gemeinderat
Team Wellness	Damen FCO	CNC-Stengelmaier
FCO Golf	MV Osterbuch	FFW Osterbuch
Hütte Osterbuch	FFW Bocksberg	

21:30 – 01:30 Uhr : Livemusik mit „Meine Lieblingsband“

Sonntag 23.07.2017

09:00 – 10:00 Uhr : Festgottesdienst mit Tribünenweihe

10:30 – 11:00 Uhr : Ehrungen verdienter Mitglieder

11:00 – 13:30 Uhr : Mittagstisch mit dem MV Osterbuch

Fitness-Tag beim FC Osterbuch am 22.07.2017

Die Gymnastikabteilung präsentiert
anlässlich des Jubiläums ihr Sportprogramm:

	Termine:	Programm	Bemerkung	Trainer
	9:40 Uhr	Begrüßung	Abteilungsleitung	Ingrid Reiner
1.	9:45 – 10:30 Uhr	Walking	Treffp. Sportheim	Hilde
2.	9:45 – 10:15 Uhr	Functional Training		Barbara
3.	10:30 – 11:00 Uhr	Power-Work-Out		Patricia
4.	11:15 – 11:45 Uhr	Rücken-Fit		Roswitha
5.	12:00 – 12:30 Uhr	Tabata		Patricia
	Während der Mittagspause:			
6.	12:45 – 13:15 Uhr	Kinderturnen	4 bis 10 Jährige	Sonja/Sarah
7.	13:30 – 13:45 Uhr	Linedance	Auftritt	Jennifer/Armin
8.	14:00 – 14:30 Uhr	Step-Aerobic		Linda
9.	14:45 – 15:15 Uhr	Yoga	ohne Zuschauer	Elli
10.	15:30 – 16:00 Uhr	HIIT		Linda
11.	16:15 – 16:45 Uhr	Pilates		Nicole
	17:00 Uhr	Verlosung		
	Als Abschluss unser Highlight im Freien – für ALLE!!!			
12.	17:15 – 17:45 Uhr	Piloxing	bei Regen in der Halle	Sylvia

Jeder Interessierte darf mitmachen oder zuschauen!

Alle aktiven Teilnehmer bekommen für jedes teilgenommene Angebot ein Los.

Es gibt folgende Gewinne:

1. Kurs-Gutschein im Wert von 40 €	6. Sportsalbe
2. Kurs-Gutschein im Wert von 20 €	7. Gutschein für 1 Cocktail
3. Sportbehandlung v. Feel Good (30 Min)	8. Gutschein für 1 Cocktail
4. Überraschung mit der 1. Mannschaft	9. 1 P. Weißwürste m. Breze (23.7.)
5. Überraschung mit der 1. Mannschaft	10. 1 P. Weißwürste m. Breze (23.7.)

Die verschiedenen Sportangebote dauern jeweils 30 Minuten.

Nach jedem Angebot besteht die Möglichkeit zur Information oder zum Erfahrungsaustausch.

Bitte Sportbekleidung und evtl. Matte mitbringen!

Wasser kann im Sportheim erworben werden.

Es dürfen keine Glasflaschen mit in die Halle genommen werden!

Mittags Salatbuffet – nur für aktive Teilnehmer!

Von 10 bis 12:30 Uhr Kinderschminken!

Wir freuen uns auf Euch und hoffen auf eine zahlreiche Teilnahme!