

DJK Marktsteinach

Rückengymnastik

Die richtige Rückengymnastik regelmäßig ausgeführt, ist das A und O um den Rücken zu stärken und damit Schmerz abzubauen.

Kursprogramm: Rückengymnastik

Wo DJK Marktsteinach, Turnhalle

Wann Montag (8 x)

Start 13.10.2014 20.00 Uhr

Leitung: Steffi Lößer - Ausgebildete Physiotherapeutin

Nähere Auskunft und bei Rückfragen wenden Sie sich bitte telefonisch an Sigrid Herder, Tel 09727 / 1563

Anmeldung erforderlich, ab sofort bei Sigrid Herder.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Schlachtschüssel

am 25.10.2014

Die Anmeldung zur Schlachtschüssel vom Brett am 25.10.2014, 17.00 Uhr im DJK-Sportheim läuft ab sofort. Die Liste liegt im Vereinsheim aus.

FUSSBALLABTEILUNG

Frank Gundermann bestritt sein 500. Fußballspiel

Frank Gundermann konnte zu 500 Fußballspielen beglückwünscht werden. Als Dank wurde ihm von Udo Keidel ein kleines Präsent mit Urkunde überreicht. Frank begann seine fußballerische Karriere bereits in jungen Jahren mit Schülerfußball bei der DJK.

