

LÖRZWEILER Frühlings FLOHMARKT

07. APRIL 2024
AB 11 UHR
AUF DEM SPORTPLATZ
RAIFFEISENSTRASSE 7

KOMMT VORBEI
Es gibt leckeres vom Grill
sowie ein kleines Kuchenbuffet
Viel Spaß beim stöbern
Wir freuen uns auf euch

1. LÖRZWEILER KERBELAUF

11. MAI 2024 16 UHR

LAUF MIT DURCH DIE WUNDERVOLLE
LANDSCHAFT UNSERES SCHÖNEN ORTES UND
SICHERE DIR DEINE MEDAILLE
ERUNGSUFEN

LAUFEN UND
NORDIC WALKING

JETZT
ANMELDEN

5 EURO ANMELDEGEBÜHR WEITERE INFO UNTER
HALLENSPORT@FCL1961.DE

Montagsmänner

Montag 19:30 bis 21:00 Uhr
Höbberghalle in Lörzweiler
Übersichtlicher: Gustav Keller

Etern-Kind Turnen

Die Übungsleiter*in
Heike Dörr, Cindy Kleine, Medwine Ripody, Diana Drescher

Die GROBE Ostereiersuche

auf dem Sportplatz
am 30.03.2024 um 10 Uhr

FCLauftreff

Jeden Sonntag um 9 Uhr
Treffpunkt Sportplatz

Trainer:
Andreas Drescher

WIR BIETEN EUCH
Gemeinsames Lauftraining
Verbesserung der Kondition
Spaß am Laufen
Möglichkeit auf gemeinsame lokale Läufe

Webseite Info unter hal lensport@fcl1961.de

Dienstagssportler

Trainer:
Frank

Trainingstermin: 20.30 bis 22.00 Uhr Höbberghalle
Koblen: Stephan Hartmann und Lukas Müller

Quartalsbericht Hallensport I/2024

Das erste Quartal neigt sich schon dem Ende zu. Wir, Heike Dörr und Diana Drescher sind nun offiziell am 15. März von Euch als Abteilungsleitung Hallensport gewählt worden. An dieser Stelle möchten wir uns ganz herzlich bei Euch für Euer Vertrauen in uns bedanken. Wir freuen uns auch sehr darüber, dass wir Cindy Kleine als Beisitzerin Hallensport gewinnen konnten.

Im ersten Quartal ist schon einiges passiert, wir konnten ein paar neue Sportprogramme starten wie den FCLauftreff der jeden Sonntag um 9 Uhr am oder auf dem Sportplatz startet mit unterschiedlichen Trainings, mal etwas Laufökonomie oder mal ein längeres Läuferchen oder sogar Treppenintervalle in Nackenheim.

Im März haben wir gleich zwei Power Angebote rausgehauen zum einen Tabata Dienstags Abends unter der Leitung von Nadine Kohnhäuser und Zumba Donnerstags Abends unter der Leitung von Maria zusätzlich konnten wir uns den Samstag Vormittag für Volleyball sichern.

Die Darts-WM hat uns inspiriert, sodass wir auch hier im zweiwöchigen Rhythmus ein Darts-Abend im Vereinsheim etabliert haben.

Auch die Kids kamen nicht zu kurz, so konnten wir am 19.03. mit dem ausgebuchten Kurs "Happy Feet" erfolgreich starten.

Als nächstes stehen zwei Events ins Haus, am 30.03. findet die Ostereiersuche mit leckeren Waffeln auf dem Sportplatz statt, hier freuen wir uns über viele "Sucher" groß und klein.

Im April findet unser Frühlingsflohmarkt auf dem Sportplatz statt, markiert euch den 07.04. dick im Kalender. Ab 11 Uhr startet der Flohmarkt.

Da shoppen bekanntlich hungrig macht versorgen wir euch vor Ort mit leckeren Würstchen vom Grill, wer Lust auf Kuchen hat kommt auch nicht zu kurz, hier versorgen uns die Damen von der Organisation Spielplatz Saugewann mit leckeren Köstlichkeiten. Auch hier freuen wir uns über jeden Besucher groß und klein.

Im Mai findet unsere schöne Kerb statt, dieses Jahr wird sie nicht nur mit dem Weinstand des FC Lörzweiler etwas bunter - Nein - dieses Jahr feiert der Kerbelauf Premiere.

Meldet euch unbedingt an, wir haben uns für euch eine wunderschöne Strecke ausgesucht. Wir ihr seht, uns wird es nicht langweilig es gibt dieses Jahr noch einiges zu tun.

Es grüßen Euch
Diana und Heike

- Montag** Seniorengymnastik, Stuhlgymnastik, Damengymnastik, Freizeitsport/Volleyball
- Dienstag** Happy Feet, Eltern-Kind-Turnen, Tabata Power Fitness, Fit und Fun, Sport und Spiel
- Mittwoch** Kindergartenturnen
- Donnerstag** Fit und Gesund, Zumba
- Freitag** Darts Night
- Samstag** Volleyball Mixed
- Sonntag** FCLauftreff



ZUMBA®

MIT MARIA

Es wird getanzt!

AB 14 | 03 | 2024 | 19Uhr

EXKLUSIV FÜR MITGLIEDER DES
FC LÖRZWEILER

Anmeldung unter hal lensport@fcl1961.de
19.03.2024, 19.00 Uhr
15 Euro

Lörzweiler Volleyball Mixed

Komm vorbei und mach mit

ab Samstag 02.03.2024 // 10:30 - 12 Uhr
Hobbymannschaft
Spiel und Spaß steht im Vordergrund
Neu*Neu*Neu*Neu*Neu*Neu

Happy*Feet

KREATIVER KINDERTANZ &
BEWEGTE RHYTHMUSERLEBNISSE

Ab 19. März 2024
exklusiv
beim FC Lörzweiler

- Dienstage um 15:15 - 16 Uhr
- Höbberghalle Lörzweiler
- 3-6 Jahre
- 5x Schnuppern mit einer Platzierung und anschließend ohne weitere Begeleitung

Anmeldung und weitere Infos unter
hal lensport@fcl1961.de

DARTS NIGHT

FC LÖRZWEILER 1961 e.V.

Ab 16.02.2024
alle zwei Wochen
ab 19:00 Uhr
im Vereinsheim des FC

Was wir bieten:

- Spiel und Spaß
- Beide Geschlechter
- Erfahren von Wurftechniken
- Tipps & Tricks
- Stärkung der Konzentration und Mentalität

Anmeldung über hal lensport@fcl1961.de

Kindergartenturnen

Erleben-Bewegen-Mitmachen-
Spielen-Üben-Können

Wann?
Mittwochs
15 - 16 Uhr 5-6 Jahre
16:10 - 17:10 Uhr 3-4 Jahre

Good to know:
Aktuell gibt es eine Warteliste
Anfragen per Mail an hal lensport@fcl1961.de
mit Sportbekleidung, Turnschuhen, Feldmattchen

Fitness und Gesundheit mit Doris Vöhringer

Was wird geboten?
ruhige Gymnastik mit Elementen aus Wirbelsäulengymnastik,
Pilates, Yoga

Wann?
Donnerstag 20:00-21:00 Uhr

Finfacts:
Gruppe besteht seit 10 Jahren, deshalb sind die TN fitte Altäre

Wanted:
Motivierte Damen

AB 12.3.2024
DIENSTAG 17.45-18.45 UHR

TABATA POWER FITNESS MIT NADINE

NUR 15 PLÄTZE!

Anmeldung unter
hal lensport@fcl1961.de

Bei Fragen, Anregungen, Ideen
könnt ihr Euch gerne jeder Zeit bei uns melden
Hallensport@fcl1961.de