

Liebe Fechtbegeisterte,

Wir wünschen viel Spaß beim Onlinetraining.

Diese Woche erwartet euch geht es wieder mit unserem Onlinetrainingsprogramm weiter.

Für Fragen, Feedback, Anregungen stehen wir euch nach wie vor gerne zur Verfügung unter:

015775731853

buettner@fechtclub-leipzig.de

Euer SFV Coaching Team

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Training		U9/ U11/ U13 16:00 - 17:30 Mit Acht Koordinationsübungen um die Welt mit Richard Högner Material: Tennisball, Buch (A4 Hardcover), Wasserfalsche groß, Waffe	U13/ U15/ U17/ U20 16:00 - 17:30 Die Heiligtümer des Todes, Teil 2 mit Tom Thiele (Koop mit RL u WF) Material: Löffel, Tennisball, Matte, 2 Seile	U9/ U11/ U13/ U15 16:00 - 17:30 Fit auf den Beinen- Fit auf der Bahn mit Robert Peche Material: Seil, Matte	
Link		https://zoom.us/j/9049950673?pwd=c2lOY05PY0VQTk1KMitpYzJXb0dKdz09	https://zoom.us/j/9049950673?pwd=c2lOY05PY0VQTk1KMitpYzJXb0dKdz09	https://zoom.us/j/9049950673?pwd=c2lOY05PY0VQTk1KMitpYzJXb0dKdz09	
		ID: 904 995 0673 Kenncode: SFVFechten	ID: 904 995 0673 Kenncode: SFVFechten	ID: 904 995 0673 Kenncode: SFVFechten	
Training	U15/ U17/ U20 19:00 - 20:00 Fechtfitness mit Jessi mit Jessica Mamok In Kooperation mit Rheinland und Westfalen Material: 2 große gefüllte Wasserflaschen	U15/ U17/U20 18:00 - 19:30 Fechttraining mit Jannis Selbach (Koop mit RL u WF) Material: Waffe, Matte		U15/ U17/ U20 18:00 - 19:30 Werde zum Gummimensch Yoga mit Alexis Kordt Material: Matte, Handtuch	U15/ U17/ U20 18:30 - 19:30 Videoanalyse mit Christian Büttner (Koop mit RL u WF) Material: Gerät mit Zugang zu Youtube
Link	https://zoom.us/j/92972602981?pwd=aVprSFhJT1dnVplSk40NjVIREc4QT09	https://zoom.us/j/92008938703?pwd=dEV1OE5UeDV0NFUxSzZoU0xRRXZsQT09		https://zoom.us/j/570264678?pwd=RGJmNGRaQU00L2Rpm41Z0ExZDVjUT09	https://zoom.us/j/570264678?pwd=RGJmNGRaQU00L2Rpm41Z0ExZDVjUT09
	ID: 929 7260 2981 Kenncode: Mo1819	ID: 920 0893 8703 Kenncode: Di18		ID: 570 264 4678 Kenncode: SFVFechten	ID: 570 264 4678 Kenncode: SFVFechten