



WWW.DJKNORD.NET

**BASKETBALL BOCCIA FAUSTBALL
GYMNASTIK OYAMA-KARATE TISCHTENNIS TENNIS**

Unser Sport- und Gymnastik Angebot steht unter dem Motto: »Mitmachen ist besser«

BASKETBALL	Ulrich Häfele	Tel. 08 21 / 70 73 70		
Jugendliche		Mittwoch	17:00 – 18:30 Uhr	Turnh. MS Firnhaberau
Erwachsene		Mittwoch	18:30 – 20:00 Uhr	Turnh. MS Firnhaberau
Nachwuchs		Freitag	15:30 – 17:00 Uhr	Turnh. MS Firnhaberau
Team-Training		Freitag	17:00 – 20:00 Uhr	Turnh. MS Firnhaberau
BOCCIA	Francesco Del Libano	Tel. 08 21 / 59 19 63 o. 450 73 41		
Anfänger und Interessierte		Montag	17:00 – 21:00 Uhr	DJK-Sportanlage
Training für Boccia-Aktive		Mi und Fr	16:00 – 20:00 Uhr	DJK-Sportanlage
Training / Turnier für Boccia-Aktive		Samstag	16:00 – 20:00 Uhr	DJK-Sportanlage
Training / Turnier für Boccia-Aktive		Sonntag	08:00 – 20:00 Uhr	DJK-Sportanlage
FAUSTBALL	Albert Bayer	Tel. 08 21 / 42 51 03		
Hobby-Fußballer		Mittwoch	18:30 – 21:00 Uhr	DJK-Sportanlage
von Oktober – März		Mittwoch	20:00 – 21:30 Uhr	Turnh. MS Firnhaberau
GYMNASTIK	Uschi Löster	Tel. 08 21 / 74 90 820		
Body Workout für Frauen und Männer		Dienstag	19:00 – 20:00 Uhr	Vereinsheim DJK Nord
Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer		Dienstag	20:00 – 21:00 Uhr	Vereinsheim DJK Nord
Bodyforming für Frauen und Männer		Mittwoch	19:00 – 20:00 Uhr	Vereinsheim DJK Nord
Gymnastik für Seniorinnen und Senioren (Linda Rüster)		Donnerstag	15:00 – 16:00 Uhr	Vereinsheim DJK Nord
Schongymnastik für Frauen		Donnerstag	18:00 – 19:00 Uhr	Vereinsheim DJK Nord
OYAMA-KARATE	Tadeusz Unilowski	Tel. 01 76 / 20 37 05 62		
Kinder bis 7 Jahre		Di und Mi	16:00 – 17:00 Uhr	Vereinsheim DJK Nord
Jugendliche und Erwachsene		Di und Mi	17:00 – 18:30 Uhr	Vereinsheim DJK Nord
Oyama-Fit		Sonntag	16:00 – 17:00 Uhr	Vereinsheim DJK Nord
TENNIS	Karlheinz Siersetzki	Tel. 08 21 / 74 28 98		
Freier Spielbetrieb vom Frühjahr bis Sommerende				DJK-Sportanlage
Gastspieler 7€/Std.				
TISCHTENNIS	Julian Kienberger	E-Mail: julian@djknord.net		
Schüler und Jugendliche		Montag	18:00 – 19:30 Uhr	Vereinsheim TSV Firnhaberau
Erwachsene		Montag	19:30 – 22:00 Uhr	Vereinsheim TSV Firnhaberau
Senioren		Freitag	09:00 – 11:00 Uhr	Vereinsheim TSV Firnhaberau

DJK Sportanlage und DJK Vereinsheim: Im Feierabend 33.

Vereinsheim TSV Firnhaberau: Martin-Gomm-Weg 10.

Vi.S.d.P. Günter Spindler, Siedlerweg 87, 86169 Augsburg, Tel.: 0821/46 62 16



BASKETBALL Uli Häfele

Seit dem Bau der Schulturnhalle Firnhaberau 1990 bildet unsere Basketballabteilung eine feste Größe im Osten Augsburgs. Eine Herren- und zwei bis drei Jugendmannschaften kämpfen jährlich auf Bezirksebene um Körbe und Punkte. Über ein Dutzend Meister- und Vizemeistertitel wurden von den verschiedenen Teams bereits errungen. Unter der Anleitung unserer lizenzierten Trainer schafften talentierte »DJK-Baller« auch schon den Sprung in die Bundesliga. Unsere Mannschaften freuen sich über jede Verstärkung.



KARATE Tadeusz Unilowski

In der DJK Nord unterrichten wir im Oyama-Karate-Stil. Dies ist ein Voll-Kontakt-Karate, d.h. im Wettkampf werden alle Techniken mit vollem Kontakt ausgeführt. Schon im Training ist höchste Disziplin und Körperbeherrschung erforderlich. Wer Interesse am Kickboxen hat, ist bei uns im Verein bestens aufgehoben. Mehrere nationale und internationale Meisterschaften konnten unsere Kämpferinnen und Kämpfer bereits gewinnen. Diese bestätigen die hohe Qualität unserer Ausbildung.



BOCCIA Francesco Del Libano

Unsere Boccia-Abteilung stellt Spielerinnen und Spieler in 1. und 2. Einzel-Bundesliga, in Einzel- Ober- und Jugendliga. Unsere Mannschaft kämpft in der 1. Team-Bundesliga um sportliche Ehren. Doch auch Hobbyspieler haben auf unseren drei professionellen Bahnen beim DJK-Vereinsheim die Möglichkeit, der Hektik des Alltags zu entkommen. Vom Frühjahr bis in den Herbst ist bei trockenem Wetter jeden Montag-Nachmittag ab 17:00 Uhr »freies Training«.



TENNIS Karlheinz Siersetzki

Nach wie vor bietet die DJK Nord allen Tennisbegeisterten die Möglichkeit zu normalen Mitgliederkonditionen Tennis zu spielen! Die beiden von Bäumen umgebenen Tennisplätze in den Lechauen sind auch an heißeren Tagen ein angenehmer Ort, seinem Hobby nachzugehen. Immer ab Ende April bis Anfang Oktober sind die Plätze bespielbar. Wer also Tennis ohne Wettkampfstress und Verpflichtungen zum Spielbetrieb ausüben will, ist bei uns richtig aufgehoben. Auch Gastspieler sind herzlich willkommen.



FAUSTBALL Albert Bayer

Faustball war eine der Säulen der DJK Nord in der Anfangszeit. Leider ist diese Sportart aus dem Fokus der Öffentlichkeit geraten. So haben wir zwar noch eine Faustballabteilung, doch keinen Spielbetrieb mehr. Wir treffen uns jeden Mittwoch zum Hobby-Fußball. Im Frühjahr und Sommer auf unserer Sportanlage am Vereinsheim, im Herbst und Winter in der Turnhalle der Mittelschule Firnhaberau, „Im Feierabend“.



TISCHTENNIS Julian Kienberger

Seit vier Jahrzehnten wird bei der DJK Nord Tischtennis gespielt. Unsere Mannschaften kämpfen aktuell auf Bezirks- und Kreisebene um Punkte. Wir sind insbesondere im Jugendbereich stets auf der Suche nach neuen Spielern. Ein unverbindliches Schnuppertraining ist jederzeit möglich. Wir freuen uns auf Euch!



GYMNASTIK Uschi Löster

Inzwischen können wir auf vier Übungsleiterinnen in der Gymnastikabteilung bauen: Shea macht unser Quartett mit Linda, Uschi und Meryem komplett. Unser Programm bietet den bewährten Mix aus Bodyforming, Wirbelsäulen- und Schongymnastik für die, die es etwas ruhiger angehen lassen wollen. Für diejenigen, die mehr ihre Kondition stärken oder erhalten wollen sind BasicStep, das Konditraining oder nun neu die „DJK 90minutes“ mit klassischem Bauch/Beine/Po- und Sixpack-Training, ergänzt durch Stretching-Elemente genau das Richtige.