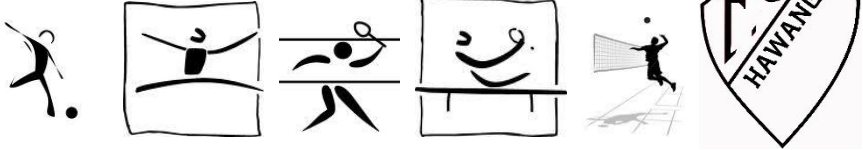


FCH – Bläddle

September 2025



Einladung zur außerordentlichen Generalversammlung der JFG Oberes Günztal e.V.

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitglieder,

gem. §8 unserer Satzung laden wir fristgemäß zu unserer außerordentlichen Mitgliederversammlung **am Mittwoch, den 24.09.2025 um 20.00 Uhr ins Hawanger Sportheim** ein.

(Adresse Sportheim: Ziegeleiweg 26, 87749 Hawangen)

Vorläufige Tagesordnung:

- TOP 1: Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden
- TOP 2: Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung und Beschlussfähigkeit
- TOP 3: Entlastung der Vorstandschaft
- TOP 4: Neuwahlen der/des 1. Vorsitzenden für die nächsten 2 Jahre
- TOP 5: Verschiedenes, Wünsche und Anträge

Wünsche und Anträge sind spätestens bis zum 12.09.2025 schriftlich beim 1. Vorsitzenden Stefan Miller, Dorfstraße 22a, 87784 Westerheim einzureichen.

Sind bis dahin keine schriftlichen Anträge eingegangen, so wird diese vorläufige Tagesordnung endgültig.

Mit sportlichen Grüßen

Stefan Miller
1. Vorsitzender



Breitensport

☞ **Verpasst nicht die Chance**, noch einmal mit ihm zu trainieren – seid unbedingt dabei!

Interessierte können sich direkt bei Anna Lena Schneider (0175 2314935) melden.

Breitensport Kursprogramm Herbst 2025							
Neuinsteiger sind in allen Kursen herzlich willkommen!							
Ort	Kurs	Wochentag	Start	Uhrzeit	Mitglied	Nichtmitgl.	Kursleitung
MZH	Yoga alle Kurse sind derzeit belegt. Warteliste möglich!	Montag	22.09.25	19:00 Uhr, 75 min	50 €	80 €	Zängerle Barbara
		Dienstag	23.09.25	09:45 Uhr, 75 min			
		Donnerstag	25.09.25	19:00 Uhr, 75 min			
MZH	Karate ab 8 Jahren	Montag	15.09.25	17:30 Uhr, 60 min	-	-	Sana Giuseppe
MZH	Zumba Tanzsport für Jung und Alt	Dienstag	23.09.25	19:00 Uhr, 60 min	25 €	50 €	Gertler Nicklas
MZH	Kinderturnen ab der 1. Klasse - ohne Begleitperson	Dienstag	16.09.25	16:30 Uhr, 60 min	5 €	15 €	Bosch Sabine
MZH	Eltern - Kindturnen ab 1,5 J. - Vorschulalter	Dienstag	16.09.25	15:00 Uhr, 60 min	5 €	30 €	Auerbacher Julia Schild Carolin
MZH	Wirbelsäulengymnastik "Aufrecht gehen-aufrecht stehen"	Mittwoch	17.09.25	19:00 Uhr, 60 min	20 €	40 €	Hölzle Hans-Jürgen
	"Winterfit" Kondition für den Winter	Mittwoch	17.09.25	20:00 Uhr, 60 min			
MZH	Fit for Fun Rundum Programm für den Körper	Donnerstag	02.10.25	17:45 Uhr, 60 min	20 €	40 €	Hölzle Marion
MZH	Faszientraining Reaktivierung der Faszien	Dienstag	07.10.25	19:30 Uhr, 60 min	20 €	40 €	Weber Matthias Vorankündigung unter: 0175/5969790
MZH	Jumping ab 16 Jahren Workout auf Trampolin	Dienstag	16.09.25	17:30 Uhr, 60 min	25 €	50 €	Tobler Kerstin Vorankündigung unter: 0175/2314935
		Dienstag	16.09.25	18:30 Uhr, 60 min			

Kursbeschreibungen	
Yoga	Mit einem Zusammenspiel aus Entspannungs-, Dehnungs- und Atemübungen entsteht ein bewusstes Körpergefühl. Ein ideales Ganzkörpertraining für alle, die lange beweglich bleiben wollen. Hier kann man den Alltag hinter sich lassen und sein inneres Gleichgewicht zurückerlangen.
Karate	Mit vielseitigen Gleichgewichts- und Freikörperübungen stärkt der Trainer hier das Reaktionsvermögen. Es werden Karate-Positionen erlernt, mit der Vorbereitung auf wettbewerbsfähigem Niveau Kampfsport auszuüben.
Wirbelsäulengymnastik	Mit Übungen auf dem Gymnastikball, der Bodenmatte, mit Flexi-Schwingstäbe uvm. , wird hier Rückenproblemen vorgebeugt, die leider oft auf den Bewegungsmangel in unserer heutigen Zeit zurückzuführen sind.
Winterfit	Egal ob man selbst Ski fährt oder einfach nur über den Winter seine Kondition aufrechterhalten möchte: Dieser Kurs ist geeignet für alle, die das ganze Jahr über fit bleiben möchten. Auch hier werden unterschiedliche Übungen durchgeführt, auch Seilspringen oder Zirkeltraining dürfen nicht fehlen.
Fit for Fun	Rundum-Programm für den gesamten Körper mit abwechslungsreichen Übungen zur Musik, die die Zeit wie im Flug vergehen lassen. Problemzonen wird so effektiv der Kampf angesagt.
Zumba	Tanzsport für Jung und Alt! Hier erlernt man in jedem Kurs neue Choreografien zu aktueller Musik aus dem Pop- bzw. lateinamerikanischen Bereich. Gemeinsames Tanzen in der Gruppe bringt viel Spaß, gute Laune und ein locker entspanntes Körpergefühl mit sich.
Faszientraining	Bei Faszien handelt es sich um Bindegewebstrukturen, die unsere Muskulatur sowie die Organe umhüllen. Allerdings können sich Faszien aufgrund von Bewegungsmangel sowie einseitigen Belastungen verkleben, weshalb sich die Spannung auf die Muskulatur verstärkt und Schmerzen ausgelöst werden. Das Faszientraining dient dementsprechend dazu durch mehr Bewegung der betroffenen Regionen die Faszien zu reaktivieren. Hierfür gibt es verschiedene Faszientechniken . Klassische Hilfsmittel sind dabei der Faszienball oder die Faszienrolle.
Jumping Fitness	Es kombiniert Ausdauertraining, Kraftübungen und Koordinationstraining in einem dynamischen und spaßigen Fitness-Programm. Durch die federnden Bewegungen auf dem Trampolin werden die Gelenke geschont, während der gesamte Körper effektiv und bis zu 400 Muskeln trainiert werden.

Fußball

Datum	Zeit	Heim	Gast	
03.09.2025	19:00	SV Amendingen	FC Hawangen	Kreisklasse
07.09.2025	13:00	FC Hawangen 2	(SG) BSC Wolfertschwend den 2 / SV Böhen 2	B-Klasse
07.09.2025	15:00	FC Hawangen	BSC Wolfertschwend	Kreisklasse
14.09.2025	13:00	BSC Memmingen 2	FC Hawangen 2	B-Klasse
14.09.2025	15:00	BSC Memmingen	FC Hawangen	Kreisklasse
16.09.2025	19:00	SV Amendingen 2	FC Hawangen 2	B-Klasse
21.09.2025	13:00	FC Hawangen 2	Türkspor Memmingen 2	B-Klasse
21.09.2025	15:00	FC Hawangen	SV Egg a. d. Günz 2	Kreisklasse
28.09.2025	15:00	SV Steinheim 2	FC Hawangen 2	B-Klasse
28.09.2025	15:00	SV Greimeltshofen	FC Hawangen	Kreisklasse

Termine und sonstige Infos die ins FCH - Bläddle oder auf der Internetseite des FCH veröffentlicht werden sollen bitte an blaeddle@fchawangen.de

--- Änderungen vorbehalten ---