



FC Marbeck 58 e.V.

Fußball - Turn-Trim-Dich - Tennis

FC Marbeck 58 e.V. - 46325 Borken-Marbeck

Rückfragen an:
Ewald Hilfert
Feldweg 4
46325 Borken
Telefon: 02867 / 8868

Abnahme Deutsches Sportabzeichen

13.10.2018 von 11:00 bis 14:00

20.10.2018 von 11:00 bis 14:00

27.10.2018 von 11:00 bis 14:00

**auf dem
Sportgelände des FC Marbeck 58e.V.**

Disziplinen:

- **Ausdauer:**
Laufen; Nordic walking *); Radfahren *)
- **Kraft:**
Kugelstoßen oder Standweitsprung
- **Schnelligkeit: Laufen**
- **Koordination: Weitsprung, Seilspringen**

*) 20 km Radfahren bzw. 7,5 km Nordic walking in der Disziplin „Ausdauer“ werden ggf. an einem separaten Termin abgenommen

Viel Erfolg
