

Gesundheitssport

Reha – Sport

Frauke Kerschbaum

☎ 04461-8031



Sabine Laube

☎ 04461-84312

Warmwassergymnastik

Sabine Laube

☎ 04461-84312

Prävention

Wirbelsäulengymnastik

Sabine Laube

☎ 04461-84312

Anerkannt im Bonussystem
bei Krankenkassen und Versicherungsträgern



Walking/Nordic Walking

auf Anfrage

☎ 04461-84312

Kurs-Angebote

Cardio-Fit

(Ausdauertraining für Neu- und Wiedereinsteiger.)

Nordic-Fit

(Ausdauertraining mit Nordic-Walking-Stöcken)

Rücken-Fit

(Muskeltraining, Koordination, Körperwahrnehmung)

auf Anfrage:

Frauke Kerschbaum

☎ 04461-80363

Sabine Laube

☎ 04461-84312

Aqua-Jogging

(Ausdauertraining für Neu- und Wiedereinsteiger im Hallenbad)

Sabine Laube

☎ 04461-84312

Entspannung

(Stressbewältigung, Atemtechnik, Muskelentspannung)

Frauke Kerschbaum

☎ 04461-80363

Sabine Laube

☎ 04461-84312

Tai Chi

Frauke Kerschbaum

☎ 04461-80363

Vereinsbeiträge

monatlich

Kinder und Jugendliche	Euro	6,85
Ermäßigter Beitrag	Euro	6,85
Erwachsene über 65 Jahre	Euro	6,85
Erwachsene	Euro	11,55
Mutter und Kind	Euro	9,95
Partnerbeitrag (2Erwachsene Aktiv)	Euro	20,50
Familien	Euro	23,10
Fördermitgliedschaft, passiv	Euro	3,00

Zusatzbeitrag

Billard - Jugend	Euro	13,15
Billard - Erwachsene	Euro	23,45
Billard - Ermäßigter Beitrag	Euro	8,15
Handball - Jugend	Euro	6,15
Handball - Erwachsene	Euro	5,45
Handball -Familie (pro Person)	Euro	5,00

Aufnahmegebühr (einmalig)

Einzelperson	Euro	3,00
Familien (ab 3 Personen)	Euro	8,00

Passgebühr

Jeweils in Höhe des Verbandes

**Familienmitglieder über 18 Jahre, die nachweislich
ohne eigenes Einkommen sind,
können im Familienbeitrag verbleiben.**



Geschäftsführender Vorstand des HFC

Reinhold Fischer

Vorsitzender

☎ 04461-892122

Vereins Info

Heidmühler Fußballclub e.V.



über 50 Jahre Sport im Frisischen

2018

Geschäftsstelle und Postadresse

Heidmühler Fußballclub e.V.

Diekenweg 28

26419 Schortens

Telefon: 04461 – 84656

Mitgliederbetreuung: Tel.: 04461 - 986059

Telefax : 04461 - 80913

Email: hfc-schortens@t-online.de

Internet: heidmuehlerfc-schortens.de

Geschäftsstellenzeiten:

Montag 16:00 – 18:00 Uhr

Dienstag bis Donnerstag

10:00 - 12:00 Uhr



Sport - Angebote im HFC

Unsere Ansprechpartner



Billard

Nils Schumacher ☎ 0176-27612702

Bowling

Carsten Schollenberg ☎ 04421-9189779

Fitness (Muskelaufbau an Geräten)

Geschäftsstelle ☎ 04461-986059

Fitness-World ☎ 04461-84385

Fußball

Spartenleitung

Oliver Fuhlhage ☎ 0176-88770000

Jugend

Fabian Klische ☎ 0178-4137406

Freizeitfußball

Stephan Bender ☎ 0162-2110551

Handball (SG Schortens)

Leo Gluszczyński ☎ 04461-986650

Judo

Sandra Uber ☎ 04461-7488373

Kai Burmeister ☎ 04461-4738

Karate

Mirko Bellack ☎ 0176-57951427

Leichtathletik

Gerd Remmers ☎ 04423-7502

Steffen Klaudius ☎ 04423-7084624

Männerfreizeit

Peter Bath ☎ 04461-83194

Schwimmen

Siggi Hirsch ☎ 04461-81557

Tischtennis

Klaus Janssen ☎ 04461-84453

Volleyball

Andre Sand ☎ 0178-4604184

Herta Dedy ☎ 04461-892233

Turnen

Spartenleitung

Sabine Laube ☎ 04461-84312

Frauke Kerschbaum ☎ 04461-80363

Eltern und Kind

Brigitte Keib (ab 1 Jahre) ☎ 0157-88784415

Kinder

Brigitte Keib ☎ 0157-88784415

Tomke Ostendorf ☎ 0162-6992264

Anne Hantel (ab 6 Jahre) ☎ 0152-59761416

Frauengymnastik / Step / Drum Alive

Frauke Kerschbaum ☎ 04461-80363

Frauengymnastik / WBS

Sabine Laube ☎ 04461-84312

Turnen für Ältere

Gudrun Kakuschke ☎ 0171-1473977

Jazzdance

Sandra Bode ☎ 04461-80957

Yoga

Hannelore Niewöhner ☎ 04461-80125

Biggi Sailer ☎ 04461-9478950