



# Sportclub Frankfurt (Oder) e.V.

## *Leichtathletik*

Mitglied der Frankfurter Sportunion e.V.

---

Liebe Sportlerinnen und Sportler,

die Schule ist stressig und die Hausaufgaben langatmig, jedoch nahen auch schon wieder die nächsten wohlverdienten Ferien (04.-14.10.2011), in denen ihr euch beim leichtathletischen Ferientraining erholen könnt.

Wir bieten folgende Zeiten an:

### **1. Ferienwoche**

04.-06.10.2011 (Di-Do) von 16.00-18.00 Uhr

07.10.2011 (Fr) Wettkampf Slubice AK 12-17 (siehe unten)

### **2. Ferienwoche**

10.-14.10.2011 (Mo-Fr) täglich von 16.00-18.00 Uhr (ab AK 12)

Trainingsstätte: Sportplatz Kieler Straße  
bei Regenwetter Turnhalle Konrad-Wachsmann-Straße  
**Rückantwort: 24.09.2011**

Termine Oktober/November 2011

14.09.	Ffo	Vorstandssitzung   Beginn: 19.00 Uhr
18.09.	Lübben	OSC-Cup Lübben
21.09.	Ffo	Stundenlauf mit Musik   Beginn: 18.00 Uhr Stadion der Freundschaft
24.09.	Ffo	Bahnabschluss des SC FFO - siehe Info- und Einladungsblatt -
07.10.	Slubice	Meisterschaften Euregio Viadrina ab AK 12 (11)
16.10.	Storkow	OSC-Cup Storkow
19.10.	Ffo	Vorstandssitzung   Beginn: 19.00 Uhr
22.10.	Potsdam	Stützpunktpokal   AK 10/11 u. 12/13 siehe Mannschaftsaufstellung
05.11.	Ludwigsfelde	Berlin-Brandenburgische Crossmeisterschaften AK 8-Sen.   1,2   2,4   3,5km - siehe Mannschaftsaufstellung -

## Weitere Wettkampftermine (November/Dezember 2011)

10.11.	Slubice	Stadtlauf in Slubice Poln. Nationalfeiertag
12.11.	Potsdam	Sichtung der Sportschule Potsdam (Athleten 6. Klasse)
12.11.	Eisenhüttens.	OSC-Cup Eisenhüttenstadt
19.11.	Kienbaum	Regionalmeisterschaften AK 12-Sen.
20.11.	Kienbaum	Reg. Meisterschaften Bambini-AK11
23.11.	Ffo	Vorstandssitzung   Beginn: 19.00 Uhr
27.11.	Rosengarten	Wintercross   Rosengartener Forst Beginn: 10.30 Uhr
03.12.	Potsdam	Mitgliederversammlung des Leichtathletikverbandes Brandenburg e.V.
03.12.	Ffo	Nikolausstiefel des SC Ffo 9.00-13.00 Uhr Sporthalle Sabinusstraße
03.12.	Ffo	Pfannkuchenlauf   Beginn 14.00 Uhr Stadion der Freundschaft
11.12.	Rosengarten	Crosslauf Rosengarten   Beginn: 10.30 Uhr
13.12.	Ffo	Nikolausstaffel der Frankfurter Sportjugend für die Frankfurter Vereine (1.-2. Klasse)
20.12.	Potsdam	Hallenwettkampf ab AK 10

Offener Termine:

Hallenwettkampf in Senftenberg ab AK 8

Hürden- und Sprint-Cup in Berlin ab AK 12 (Jg. 2000)

---

## Rückantwort: Training Oktoberferien

Ich nutze das Trainingsangebot in der

Name \_\_\_\_\_  
Rückgabe: 24.09.2011

1. Woche \_\_\_\_\_

2. Woche \_\_\_\_\_

Ich starte am 07.10.2011 in Slubice

**JA** | **NEIN**