

Winter 2018/19

Kurs	Tag	Zeit	Beginn	Trainer
Asparn an der Zaya Gemeindesaal				
55+ Seniorengymnastik	Mi	9:30	28. Nov 18	Elisabeth
Drasenhofen Turnsaal d. Volksschule				
55+ Seniorengymnastik	Di	15.30	08. Jan 19	Regine
Fit Mix	Mi	19.00	28. Nov 18	Jeanny
Fit Kids Volksschulkinder	Do	16.00	17. Jan 19	Jeanny
Falkenstein Turnsaal d. Volksschule				
55+ Seniorengymnastik im Pfarrsaal	Mo	14.00	07. Jan 19	Elisabeth
Wirbelsäulengymnastik	Mo	19.00	19. Nov 18	Sabine W.
Gnadendorf Turnsaal der Volksschule				
Wirbelsäulengymnastik	Di	19.00	27. Nov 18	Eva
Seniorengymnastik 55+	Do	17.00	10. Jan 19	Regine
Großharras Turnsaal d. Volksschule				
Wirbelsäulengymnastik	Mo	19.30	26. Nov 18	Martina
55+ Seniorenturnen	Mi	17.00	21. Nov 18	Erika
Hörersdorf Turnsaal des Kindergartens				
55+ Seniorengymnastik	Di	18.30	20. Nov 18	Erika
Wirbelsäulengymnastik	Di	19.30	20. Nov 18	Erika
Laa Turnsaal der HAK/HASCH				
Reaktiv Mix	Mo	9:00	03. Dez 18	Tanja
Rock the Billy NEU!!!	Mo	10:00	26. Nov 18	Kathi H.
Zumba Fitness®	Mo	19.30	03. Dez 18	Tanja
Zumba kids	Di	17.00	08. Jan 19	Tanja
55+ Seniorengymnastik	Di	18.00	20. Nov 18	Andrea
Step Aerobic	Di	19.00	04. Dez 18	Beate
Wirbelsäulengymnastik	Di	20.00	20. Nov 18	Beate
Fit Kids Kindergartenkinder ab 3 J.Laa	Mi	16.00	09. Jan 19	Beate Uhl
Fit Kids Kindergartenkinder ab 3 J.Wulzeshofer	Mi	16.55	09. Jan 19	Beate Uhl
Jumping	Mi	18.00	05. Dez 18	Beate Uhl
Wirbelsäulengymnastik	Mi	19.00	28. Nov 18	Andrea Malcher
Fit Mix	Mi	20.00	28. Nov 18	Andrea Malcher
Indian Balance	Do	17.30	29. Nov 18	Sabine W.
Beckenbodentraining	Do	18.30	29. Nov 18	Sabine W.
Mamanet - Cachibol Für alle Mütter (jeden Alters) und alle Frauen ab 30 auch ohne Kinder	Fr	18.00	07. Dez 18	Eva
Jumping	Fr	19.30	07. Dez 18	Tanja
Mutter(Vater)-Kind Turnen	Sa	9:30	12. Jan 19	Antonia
Fit kids Volksschulkinder	Sa	10:45	12. Jan 19	Antonia

Kurs	Tag	Zeit	Beginn	Trainer
Laa Turnsaal der Volksschule				
Selbstverteidigung/JiuJitsu für Kinder ab 6 J.	Mi	18.00	13. Feb 19	Markus
HIIT NEU!!!	Mi	19.00	09. Jan 19	Markus
Neudorf Turnsaal der Volksschule				
Fit Kids Kindergartenkinder ab 3 Jahre	Mo	15.00	11. Feb 19	Christina
Fit Kids Volksschulkinder	Mo	16.00	11. Feb 19	Christina
Fit Mix	Mo	17.45	19. Nov 18	Sabine W.
Wirbelsäulengymnastik	Di	19.00	27. Nov 18	Cornelia
Rock the Billy NEU!!!	Mi	19.00	28. Nov 18	Kathi H.
Oberschoderlee Turnsaal der Volksschule				
Fit Kids Kindergartenkinder	Mo	16.30	26. Nov 18	Maggie
Fit Kids Volksschulkinder	Mo	17.30	26. Nov 18	Maggie
Intervalltraining	Mo	18.30	26. Nov 18	Maggie
Ottenthal Turnsaal der Volksschule				
55+ Seniorengymnastik	Mo	18.00	03. Dez 18	Jeanny
Fit Mix	Do	19.00	29. Nov 18	Jeanny
Poysdorf Turnsaal der Landw. Fachschule				
55+ Seniorengymnastik (Poysdorf,Föllim)	Di	17.00	08. Jan 19	Regine
Dance for Kids 5-7 J.	Do	16.00	10. Jan 19	Magdalena
Dance for Kids 8-10 J.	Do	17.00	10. Jan 19	Magdalena
Dance for Teens ab 11 J.	Do	18.00	10. Jan 19	Magdalena
Staatz Turnsaal der Volksschule				
MUKI (Mutter-Vater-Kind Turnen)	Di	16.30	27. Nov 18	Christina
Wirbelsäulengymnastik	Mi	18.30	09. Jan 19	Cornelia
Fit Kids Kindergartenkinder ab 3 Jahre	Do	15.00	17. Jan 19	Cornelia
Fit Kids Volksschulkinder	Do	16.00	17. Jan 19	Cornelia
Intervalltraining	Do	20.00	06. Dez 18	Beate
Stronsdorf Turnsaal der Hauptschule				
55+ Seniorengymnastik	Mi	18.00	28. Nov 18	Andrea
Mamanet - Cachibol Für alle Mütter (jeden Alters) und alle Frauen ab 30 auch ohne Kinder	Do	19.00	13. Dez 18	Markus
Wildendürnbach Turnsaal d. Volksschule				
55+ Seniorengymnastik	Mo	17.00	02. Dez 18	Regine
Wirbelsäulengymnastik	Mo	18.00	19. Nov 18	Sabine
Step Aerobic	Mo	19.00	19. Nov 18	Beate
Fit Kids Kindergartenkinder ab 3 Jahre	Mi	16.30	16. Jan 19	Jeanny
Fit Kids Volksschulkinder	Mi	17.30	16. Jan 19	Jeanny
Indian Balance	Mi	18.30	09. Jan 19	Eva
Wulzeshofen Turnsaal d. Volksschule				
55+ Seniorengymnastik/Pfarrsaal	Mo	9.00	19. Nov 18	Elisabeth
Bauch-Bein-Po Gymnastik	Di	18.30	20. Nov 18	Andrea Malcher
Unterstinkenbrunn Turnsaal des Kindergartens				
55+ Seniorengymnastik	Fr	18.00	11. Jan 19	Andrea