

## Ameis / Saal im Dorfwirtshaus

Wirbelsäulengymnastik mit Cornelia **Donnerstag 29. 09. 2022, 18:00**

## Asparn an der Zaya / Gemeindesaal

Fit über 55+ mit Elisabeth **Mittwoch, 07. 09. 2022, 09:30**

## Drasenhofen / Turnsaal der Volksschule

Fit Mix mit Jeanny **Dienstag, 06. 09. 2022, 19:00**

## Eichenbrunn / Bushaltestelle Siedlung

Reaktiv Walking outdoor mit Beate U. **Montag, 12. 09. 2022, 18:30**

## Falkenstein / Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik mit Sabine W. **Montag, 05. 09. 2022, 19:00**

## Gnadendorf / Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik mit Eva **Dienstag, 06. 09. 2022, 19:00**

Fit über 55+ mit Regine **Donnerstag, 08. 09. 2022, 17:00**

## Großharras / Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik mit Martina **Montag, 12. 09. 2022, 19:00**

## Hörersdorf / Musikerheim

Wirbelsäulengymnastik mit Regine **Mittwoch, 07. 09. 2022, 18:00**



GESUNDHEIT

### Saal 1

Gesunder Rücken mit Andrea Malcher **Montag, 12. 09. 2022, 09:00**

Bauch-Bein-Po mit Andrea Malcher **Montag, 12. 09. 2022, 10:00**

Zumba Kids ab 5 J. mit Tanja **Montag, 12. 09. 2022, 17:15**

Zumba Fitness® mit Tanja **Montag, 05. 09. 2022, 18:30**

Pound.Rockout.Workout mit Kathi H. **Montag, 05. 09. 2022, 19:30**

Fit über 55+ mit Andrea **Dienstag, 06. 09. 2022, 18:00**

Step Aerobic mit Beate **Dienstag, 06. 09. 2022, 19:00**

Wirbelsäulengymnastik mit Beate **Dienstag, 06. 09. 2022, 20:00**

MUKI - neu! mit Uschi **Dienstag, 13. 09. 2022, 16:00**

PopUp Dance für alle ab 9J. mit Katharina P. **Mittwoch, 14. 09. 2022, 16:30**

Wirbelsäulengymnastik mit Andrea Malcher **Mittwoch, 07. 09. 2022, 17:30**

Fit Mix mit Andrea Malcher **Mittwoch, 07. 09. 2022, 18:30**

Wirbelsäulengymnastik mit Andrea Malcher **Mittwoch, 07. 09. 2022, 19:30**

Indian Balance mit Sabine W. **Donnerstag, 08. 09. 2022, 18:00**

Jumping mit Tanja **Donnerstag, 08. 09. 2022, 19:00**

Zumba Fitness® mit Katharina P. **Donnerstag, 08. 09. 2022, 20:00**

Fit Mix mit Beate **Freitag, 09. 09. 2022, 09:00**



GESUNDHEIT

### Saal 2

Krafttraining mit eigenem Körpergewicht mit Markus **Mittwoch, 07. 09. 2022, 19:00**

Jackpot mit Kathi H./Martina **Donnerstag, 08. 09. 2022, 18:00**

# KURSE HERBSTPROGRAMM 2022

## Neudorf / Turnsaal der Volksschule

Bauch-Bein-Po mit Kathi H. **Montag, 05. 09. 2022, 18:00**

Step Aerobic mit Beate **Montag, 05. 09. 2022, 19:00**

Wirbelsäulengymnastik mit Cornelia **Dienstag, 06. 09. 2022, 19:00**

Fit Kids Kindergartenkinder ab 3 J. mit Kathi H. **Donnerstag, 15. 09. 2022, 15:30**

Fit Kids Volksschulkinder mit Kathi H. **Donnerstag, 15. 09. 2022, 16:30**

Zumba Fitness® mit Katharina P. **Donnerstag, 08. 09. 2022, 18:30**

## Oberschoderlee/ Turnsaal der Volksschule

MUKI - neu! mit Uschi **Montag, 12. 09. 2022, 15:30**

Fit Kids Kindergartenkinder ab 4 J. mit Uschi **Montag, 12. 09. 2022, 16:30**

Fit Kids Volksschulkinder mit Uschi **Montag, 12. 09. 2022, 17:30**

Wirbelsäulengymnastik mit Martina **Dienstag, 13. 09. 2022, 19:30**

## Ottenthal / Turnsaal der Volksschule

Fit über 55+ mit Jeanny **Montag, 05. 09. 2022, 18:00**

Fit Kids Kindergartenkinder ab 3 J. mit Jeanny **Donnerstag, 15. 09. 2022, 15:00**

Fit Kids Volksschulkinder mit Jeanny **Donnerstag, 15. 09. 2022, 16:00**

Fit Mix mit Jeanny **Donnerstag, 08. 09. 2022, 19:00**

## Poysbrunn / Turnsaal der alten Schule

Fit Mix mit Sabine W.: **Montag, 05. 09. 2022, 17:45**

## Poysdorf/Bewegungsraum ASO Wienerstraße

Dance for Kids 5-7 J. mit Uschi **Donnerstag, 15. 09. 2022, 16:00**

Dance for Kids 8-10 J. mit Uschi **Donnerstag, 15. 09. 2022, 17:00**

## Poysdorf/Turnsaal NMS Hindenburgstraße

Fit über 55+ mit Regine **Dienstag, 06. 09. 2022, 17:00**

## Staatz / Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik mit Cornelia **Mittwoch, 07. 09. 2022, 19:00**

## Stronsdorf / Turnsaal der Hauptschule

Fit über 55+ mit Andrea **Mittwoch, 14. 09. 2022, 18:00**

Mamanet - Cachibol mit Markus **Donnerstag, 08. 09. 2022, 19:00**

## Unterstinkenbrunn / Bewegungsraum der Volksschule

Fit über 55+ mit Andrea **Donnerstag, 15. 09. 2022, 18:00**

## Wildendürnbach / Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik mit Sabine **Montag, 05. 09. 2022, 18:00**

Dance for Kids 5-7 J. mit Uschi **Mittwoch, 14. 09. 2022, 16:00**

Dance for Kids ab 8 J. mit Uschi **Mittwoch, 14. 09. 2022, 17:00**

Fit Kids Volksschulkinder mit Jeanny **Mittwoch, 14. 09. 2022, 18:00**

Indian Balance mit Eva **Mittwoch, 07. 09. 2022, 19:00**

## Wulzeshofen Pfarrsaal

Fit über 55+ mit Elisabeth **Montag, 05. 09. 2022, 09:30**

Gesunder Rücken mit Andrea Malcher **Montag, 05. 09. 2022, 18:30**