INFOS!

Kursbeschreibungen und weitere wichtige Informationen (Kursänderungen etc.) findest du auf unserer Homepage:
www.fitnessclublandumlaa.sportunion.at

KURSKOSTEN

Preise pro Kurs á 10 Einheiten zu je 50 min

Erwachsene	EUR 60,-- (Jumping 80,--)
Kinder	EUR 50,--

Jährlicher Mitgliedsbeitrag:

Erwachsene	EUR 20,--
Kind	EUR 10,--

DEINE VORTEILE

- **Mitgliedschaft wird belohnt!**
  Bleib dabei und sichere dir deinen Treuegutschein!
- **Runder Geburtstag!**
  ein kleines Überraschungsgeschenk wartet auf Dich
- **1. Stunde Kostenlos!**
  Du weißt nicht, welche Kurs der Richtige für dich ist? Komm in die erste Stunde und schnuppere kostenlos und unverbindlich
- **Eine Stunde versäumt?**
  Kein Problem. Such dir einen Kurs unseres Kursprogramms aus und hol die versäumte Stunde nach



Fitnessclub Land um Laa an der Thaya
Tanja Scharf
Telefon: +43 660 4903777
www.fitnessclublandumlaa.sportunion.at
IBAN: AT734300031115800000, ZVR: 671938686

KURSPROGRAMM

WINTER 2026/27



SPECIALS:

DISCO BURN HIIT
30.01.2026, 18:30 Uhr im Laa Plus

DISCO BURN JUMPING
27.02.2026, 18:30 Uhr im Laa Plus
Tickets sind auf unserer Homepage erhältlich!

***HERZMEDITATION**

Großharras, 18:15 Uhr:
jeden ersten Mittwoch des Monats
Mailberg, 19:00 Uhr:
Jeden ersten Donnerstag des Monats

Anmeldung und Info unter 0664/88112007
(pro EH 10,-- / 15,--für Nichtmitglieder)

Unser Trainerteam:

Regine Amon, Verena Bittmann, Sabine Böck, Christopher Brückler, Jutta Fritz, Eva Frühberger, Kathi Hagen, Martina Kmosko, Sophie Kmosko, Andrea Matkowitsch, Markus Pernold, Elisabeth Popp, Magdalena Posch, Bettina Proschinger, Tanja Scharf, Beate Schütz, Cornelia Schwingenschrot, Regina (Jeanny) Schwungfeld, Beate Uhl, Sabine Waismayer, Julia Willinger und Franziska Winna

Kursprogramm Winter 2026/27

Ameis			Saal im Dorfwirtshaus
Rückenfit mit Cornelia	**Donnerstag**	**08.01.2027**	**18:00 Uhr**
Asparn an der Zaya			**Gemeindesaal**
Fit und Vital ab 50 mit Elisabeth	**Mittwoch**	**25.11.2026**	**09:30 Uhr**
Drasenhofen			**Turnsaal der VS**
Rückenfit mit Jutta	**Mittwoch**	**02.12.2026**	**18:30 Uhr**
Fit Kids 3-7 Jahre mit Jeanny	**Donnerstag**	**07.01.2027**	**15.30 Uhr**
Falkenstein			**Turnsaal der VS**
Fit und guad drauf mit Sabine W.	**Montag**	**14.12.2026**	**19:00 Uhr**
Gnadendorf			**Turnsaal der VS**
NEU! Fit in Balance mit Eva	**Dienstag**	**01.12.2026**	**18:30 Uhr**
Vitalkraft mit Regine	**Mittwoch**	**18.11.2006**	**17:00 Uhr**
Großharras			**Turnsaal der VS**
Fit und Vital ab 50 mit Bettina	**Mittwoch**	**16.12.2026**	**17:00 Uhr**
Hörersdorf			**Musikerheim**
Vitalkraft mit Regine	**Montag**	**23.11.2026**	**18:00 Uhr**
Laa an der Thaya			**Laa Plus I**
Pilates mit Kathi	**Montag**	**07.12.2026**	**08.30 Uhr**
Rockabilly Dance mit Kathi	**Montag**	**07.12.2026**	**09:30 Uhr**
NEU! Jackpot Fit mit Kathi (bitte um Anmeldung!)	**Montag**	**15.02.2027**	**10:30 Uhr**
MUKI Mutter-Vater-Kind-Turne (ab 1,5J.) mit Magdalena	**Montag**	**11.01.2027**	**15:30 Uhr**
Zumba Fitness mit Tanja	**Montag**	**30.11.2026**	**17:15 Uhr**
Pump to the Beat mit Tanja (bitte um Anmeldung!)	**Montag**	**30.11.2026**	**18:20 Uhr**
Pilates mit Kathi	**Montag**	**30.11.2026**	**19:30 Uhr**
Fit und Vital ab 50 mit Christopher	**Dienstag**	**01.12.2026**	**8:30 Uhr**
Bodenturnen u. Akrobatik (ab 7 J.) **für Fortgeschrittene** mit Franziska/Julia	**Dienstag**	**01.12.2026**	**17:00 Uhr**
Fit und Vital ab 50 mit Andrea	**Dienstag**	**24.11.2026**	**18:00 Uhr**
Step Aerobic mit Beate	**Dienstag**	**24.11.2026**	**19:00 Uhr**
Ganzkörpertraining mit Beate	**Dienstag**	**24.11.2026**	**20:00 Uhr**
Aktiv in den Tag mit Jutta	**Mittwoch**	**25.11.2026**	**09:00 Uhr**
HIIT to the Beat mit Verena	**Mittwoch**	**25.11.2026**	**18:30 Uhr**
Krafttraining mit eig. Körpergewicht mit Markus	**Mittwoch**	**18.11.2026**	**19:30 Uhr**
NEU! ConfiDance (Tanzen u. Bewegung ab 7 J.) mit Franziska	**Donnerstag**	**11.02.2027**	**17:00 Uhr**
Indian Balance mit Sabine W.	**Donnerstag**	**03.12.2026**	**18:00 Uhr**
Jumping Fitness mit Verena (bitte um Anmeldung!)	**Donnerstag**	**26.11.2026**	**19:00 Uhr**

Laa an der Thaya			Laa Plus I
Fit und Vital ab 50 mit Christopher	**Freitag**	**04.12.2026**	**8:30 Uhr**
Bodenturnen u. Akrobatik ab 7 J.) mit Franziska/Julia	**Freitag**	**04.12.2026**	**16:00 Uhr**
Bodenturnen u. Akrobatik (ab 7 J.) **für Fortgeschrittene** mit Franziska/Julia (bitte um Anmeldung!)	**Freitag**	**04.12.2026**	**17:00 Uhr**
Pump to the Beat mit Tanja	**Freitag**	**04.12.2026**	**18:00 Uhr**
Laa/Thaya			**Turnsaal der Volksschule**
Rockabilly Dance mit Kathi	**Montag**	**30.11.2026**	**18:00 Uhr**
Pound Rockout Workout mit Kathi	**Dienstag**	**15.12.2026**	**19:00 Uhr**
Mailberg			**Turnsaal der VS**
Fit und Vital ab 50 mit Bettina	**Donnerstag**	**17.12.2026**	**16:30 Uhr**
Fit und Vital ab 50 mit Bettina	**Donnerstag**	**17.12.2026**	**17:45 Uhr**
Neudorf im Weinviertel			**Turnsaal der VS**
Step Aerobic mit Beate	**Montag**	**23.11.2026**	**18:30 Uhr**
Rückenfit mit Cornelia	**Dienstag**	**01.12.2026**	**19:00 Uhr**
Oberschoderlee			**Turnsaal der VS**
Ganzkörpertraining mit Martina	**Dienstag**	**12.01.2027**	**19:00 Uhr**
Fit Kids Volksschulkinder mit Sophie	**Mittwoch**	**27.01.2027**	**16:30 Uhr**
Ottenthal			**Turnsaal der VS**
Fit über 55 + mit Jeanny	**Dienstag**	**24.11.2026**	**18:00 Uhr**
Fit Kids Volksschulkinder mit Jeanny	**Donnerstag**	**07.01.2027**	**17:00 Uhr**
Rückenfit mit Jeanny	**Donnerstag**	**03.12.2026**	**19:00 Uhr**
Poysbrunn			**Turnsaal der alten Schule**
Aktiv & Fit mit Sabine W.	**Montag**	**14.12.2026**	**17:45 Uhr**
Poysdorf			**Turnsaal NMS Hindenburgstraße**
Vitalkraft mit Regine	**Dienstag**	**24.11.2026**	**17:00 Uhr**
Staatz			**Turnsaal der VS**
Rückenfit mit Cornelia	**Mittwoch**	**02.12.2026**	**19:00 Uhr**
Stronsdorf			**Turnsaal Neue Mittelschule**
Fit und Vital ab 50 mit Andrea	**Mittwoch**	**25.11.2026**	**18:00 Uhr**
Unterstinkenbrunn			**Bewegungsraum des Kindergartens**
Fit und Vital ab 50 mit Andrea	**Donnerstag**	**26.11.2026**	**18:00 Uhr**
Wildendürnbach			**Turnsaal der VS**
Fit Kids Kindergartenkinder (ab 3 J.) mit Magdalena	**Montag**	**11.01.2027**	**17:00 Uhr**
Ganzkörpertraining mit Sabine	**Montag**	**23.11.2026**	**18:00 Uhr**
Dance and Fun (ab 6 J.) mit Magdalena	**Donnerstag**	**07.01.2027**	**15:30 Uhr**
Sportmotorik Kinder (ab 6 J.) **75 Min/7x** m. Magdalena	**Donnerstag**	**26.11.2026**	**16:30 Uhr**
Wulzeshofen			**Pfarrsaal**
Fit und Vital ab 50 mit Elisabeth	**Montag**	**30.11.2026**	**09:30 Uhr**
Rückenfit mit Jutta	**Montag**	**23.11.2026**	**18:30 Uhr**