

Programm Winter 2024/25



Ameis Saal im Dorfwirtshaus

Wirbelsäulengymnastik	Do	18.00	09. Jan 25	Cornelia
-----------------------	----	-------	------------	----------

Asparn an der Zaya Gemeindesaal

Fit über 55+	Mi	09.30	04. Dez 24	Elisabeth
--------------	----	-------	------------	-----------

Drasenhofen Turnsaal der Volksschule

Gesunder Rücken	Mi	19.15	04. Dez 24	Jutta
-----------------	----	-------	------------	-------

Fit kids 3-7 J.	Do	15.30	09. Jan 25	Jeanny
-----------------	----	-------	------------	--------

Falkenstein Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik	Mo	19.00	25. Nov 24	Sabine W.
-----------------------	----	-------	------------	-----------

Gnadendorf Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik	Di	19.00	21. Jan 25	Eva
-----------------------	----	-------	------------	-----

Fit über 55+	Mi	17.00	20. Nov 24	Regine
--------------	----	-------	------------	--------

Großharras Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik	Di	18.30	03. Dez 24	Sophie
-----------------------	----	-------	------------	--------

Fit mit 50+	Mi	17.00	27. Nov 24	Bettina
-------------	----	-------	------------	---------

Hörersdorf Musikerheim

Wirbelsäulengymnastik	Mo	18.30	11. Nov 24	Regine
-----------------------	----	-------	------------	--------

Laa LaaPlus Saal 1 GESUNDHEIT

Gesunder Rücken	Mo	8.30	18. Nov 24	Andrea Malcher
-----------------	----	------	------------	----------------

Rockabilly Dance	Mo	9.30	25. Nov 24	Kathi H.
------------------	----	------	------------	----------

Wirbelsäulengymnastik	Mo	17.30	11. Nov 24	Andrea Malcher
-----------------------	----	-------	------------	----------------

Pump to the beat	Mo	18.30	25. Nov 24	Tanja
------------------	----	-------	------------	-------

Hula Hoop	Mo	19.30	25. Nov 24	Kathi H.
-----------	----	-------	------------	----------

MUKI (Mutter-Vater-Kind-Turnen)1-3 J.	Di	15.30	07. Jan 25	Natalie
---------------------------------------	----	-------	------------	---------

Fit kids Kindergartenkinder ab 3 J.	Di	17.00	07. Jan 25	Natalie
-------------------------------------	----	-------	------------	---------

Fit über 55+	Di	18.00	19. Nov 24	Andrea
--------------	----	-------	------------	--------

Step Aerobic	Di	19.00	26. Nov 24	Beate
--------------	----	-------	------------	-------

Wirbelsäulengymnastik	Di	20.00	19. Nov 24	Beate
-----------------------	----	-------	------------	-------

Aktiv in den Tag	Mi	09.00	20. Nov 24	Jutta
------------------	----	-------	------------	-------

Jackpot.fit	Mi	18.00	04. Sep 24	Kathi H.
-------------	----	-------	------------	----------

Krafttraining mit eigenem Körpergewicht	Mi	19.30	13. Nov 24	Markus
---	----	-------	------------	--------

PopUp Dance für alle ab 9 J.	Do	16.00	12. Dez 24	Katharina W.
------------------------------	----	-------	------------	--------------

Indian Balance	Do	18.00	28. Nov 24	Sabine W.
----------------	----	-------	------------	-----------

Pump to the beat	Do	19.00	28. Nov 24	Tanja
------------------	----	-------	------------	-------

Fit Mix	Fr	8.30	06. Dez 24	Andrea Malcher
---------	----	------	------------	----------------

Programm Winter 2024/25



Mailberg Turnsaal der Volksschule

Fit mit 50+	Do	17.00	28. Nov 24	Bettina
-------------	----	-------	------------	---------

Neudorf Turnsaal der Volksschule

Step Aerobic	Mo	18.30	25. Nov 24	Beate
Zumba Fitness®	Mo	19.30	02. Dez 24	Katharina W.
Wirbelsäulengymnastik	Di	19.00	19. Nov 24	Cornelia
Rockabilly Dance	Mi	19.15	11. Dez 24	Kathi H.
Zumba Fitness®	Do	18.30	12. Dez 24	Katharina W.
Pound.Rockout.Workout	Do	19.30	12. Dez 24	Katharina W.

Oberschoderlee Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik	Di	19.45	03. Dez 24	Sophie
Fit kids Kindergartenkinder ab 3 J.	Do	16.00	09. Jan 25	Sophie
Fit kids Volksschulkinder	Do	17.00	09. Jan 25	Sophie

Ottenthal Turnsaal der Volksschule

Fit über 55+	Di	18.00	12. Nov 24	Jeanny
Fit kids Volksschulkinder	Do	17.00	09. Jan 25	Jeanny
Fit Mix	Do	19.00	21. Nov 24	Jeanny

Poysbrunn Turnsaal der alten Schule

Fit Mix	Mo	17.45	25. Nov 24	Sabine W.
---------	----	-------	------------	-----------

Poysdorf Turnsaal der NMS Hindenburgstraße

Fit über 55+	Di	17.00	19. Nov 24	Regine
--------------	----	-------	------------	--------

Staatz Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik	Mi	19.00	08. Jan 25	Cornelia
-----------------------	----	-------	------------	----------

Stronsdorf Turnsaal der Hauptschule

Fit über 55+	Mi	18.00	27. Nov 24	Andrea
--------------	----	-------	------------	--------

Unterstinkenbrunn Bewegungsraum des Kindergartens

Fit über 55+	Do	18.00	21. Nov 24	Andrea
--------------	----	-------	------------	--------

Wildendürnbach Turnsaal der Volksschule

Wirbelsäulengymnastik	Mo	18.00	11. Nov 24	Sabine
-----------------------	----	-------	------------	--------

Wulzeshofen Pfarrsaal

Fit über 55+	Mo	09.30	13. Jan 25	Elisabeth
--------------	----	-------	------------	-----------