



**GRATIS**  
Schnupperstunde  
möglich!



**Frühjahrsprogramm 2024**

**fit bleiben mit**



### Preise pro Kurs\*

Erwachsene € 55,00

Kinder € 50,00

Jährlicher Mitgliedsbeitrag: Erwachsene € 20,00 und Kinder € 10,00

**Jeder Kurs besteht aus 10 Einheiten zu je 50 min.**

Kostenloses „Schnuppern“ ist in der 1. Stunde des jeweiligen Kurses möglich!

\*ausgenommen **Jumping:**

10 Einheiten zu je 50 min. € 75,00

fixe Platzreservierung notwendig (Trampolin, max. 15 Teilnehmer:innen)

### Infos & Kontakt:

Beate Schütz

0676/538 15 78

[fitnessclublandumlaa@sportunion.at](mailto:fitnessclublandumlaa@sportunion.at)

[fitnessclublandumlaa.sportunion.at](http://fitnessclublandumlaa.sportunion.at)

Mit Unterstützung von:

**EINSigartig**

WEBDESIGN & WERBUNG

### Unser Trainerteam:

Regine Amon, Sabine Böck, Eva Frühberger, Kathi Hagen,  
Martina Kmosko, Tanja Scharf, Andrea Malcher, Andrea Matkowitsch,  
Sophie Kmosko, Katharina Pelzer, Markus Pernold, Elisabeth Popp, Beate Uhl,  
Magdalena Posch, Beate Schütz, Cornelia Schwingenschrot, Sabine Waismayer,  
Regina (Jeanny) Schwungfeld, Kathrin Weidinger, Jutta Fritz

Fitnessclub Land um LAA, 2164 Neuruppersdorf 156, Tel. 0676/5381578, Mail: [fitnessclublandumlaa@sportunion.at](mailto:fitnessclublandumlaa@sportunion.at)  
[www.fitnessclublandumlaa.at](http://www.fitnessclublandumlaa.at), IBAN: AT734300031115800000, ZVR-Zahl: 671938686, Vereinsnr. 243

# Kurse im Frühjahr 2024

<b>Asparn an der Zaya</b>	Gemeindesaal
Fit über 55+ mit Elisabeth	Mittwoch, 06.03.2024, 09.30 Uhr
<b>Drasenhofen</b>	Turnsaal der Volksschule
Fit Kids 3-7 Jahre mit Jeanny	Donnerstag, 11.01.2024, 15.30 Uhr
<b>Falkenstein</b>	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Sabine W.	Montag, 18.03.2024, 19.00 Uhr
<b>Gnadendorf</b>	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Eva	Dienstag, 12.03.2024, 19.00 Uhr
Fit über 55+ mit Regine	Donnerstag, 29.02.2024, 17.00 Uhr
<b>Großharras</b>	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Martina	Montag, 04.03.2024, 19.00 Uhr
<b>Hörersdorf</b>	Musikerheim
Wirbelsäulengymnastik mit Regine	Montag, 12.02.2024, 18.30 Uhr
<b>Laa an der Thaya</b>	LaaPlus Saal 1
Gesunder Rücken mit Andrea Malcher	Montag, 26.02.2024, 08.30 Uhr
Rockabilly Dance mit Kathi H.	Montag, 04.03.2024, 09.30 Uhr
Fit Kids Dance ab 6 Jahre mit Kathi H.	Montag, 18.03.2024, 16.00 Uhr
Pump to the beat mit Tanja	Montag, 11.03.2024, 18.30 Uhr
Pound.Rockout.Workout mit Kathi H.	Montag, 18.03.2024, 19.30 Uhr
Fit über 55+ mit Andrea	Dienstag, 09.04.2024, 18.00 Uhr
Step Aerobic mit Beate	Dienstag, 27.02.2024, 19.00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik mit Beate	Dienstag, 27.02.2024, 20.00 Uhr
Gesunder Rücken mit Jutta	Mittwoch, 28.02.2024, 09.00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik mit Andrea Malcher	Mittwoch, 28.02.2024, 17.30 Uhr
Fit Mix mit Andrea Malcher	Mittwoch, 28.02.2024, 18.30 Uhr
Krafttraining mit eigenem Körpergewicht mit Markus	Mittwoch, 13.03.2024, 19.30 Uhr
PopUp Dance für alle ab 9 Jahre mit Katharina P.	Donnerstag, 14.03.2024, 16.00 Uhr
Indian Balance mit Sabine W.	Donnerstag, 04.04.2024, 18.00 Uhr
Jumping mit Tanja	Donnerstag, 14.03.2024, 19.00 Uhr
<b>Laa an der Thaya</b>	LaaPlus Saal 2
Jackpot mit Kathi H. / Martina	Donnerstag, 15.02.2024, 19.00 Uhr

<b>Neudorf im Weinviertel</b>	Turnsaal der Volksschule
Step Aerobic mit Beate	Montag, 04.03.2024, 18.30 Uhr
Zumba Fitness® mit Katharina P.	Montag, 15.04.2024, 19.30 Uhr
Wirbelsäulengymnastik mit Cornelia	Dienstag, 05.03.2024, 19.00 Uhr
Fit Kids Kinderkartenkinder ab 3 Jahre mit Kathi H.	Mittwoch, 10.01.2024, 15.30 Uhr
Fit Kids Volksschulkinder mit Kathi H.	Mittwoch, 10.01.2024, 16.30 Uhr
Rockabilly Dance mit Kathi H.	Mittwoch, 10.04.2024, 19.00 Uhr
Zumba Fitness® mit Katharina P.	Donnerstag, 21.03.2024, 18.30 Uhr
Kraft- und Koordinationstraining mit Katharina P.	Donnerstag, 21.03.2024, 19.30 Uhr
<b>Oberschoderlee</b>	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Martina	Dienstag, 05.03.2024, 19.30 Uhr
Fit Kids Volksschulkinder mit Sophie	Donnerstag, 18.01.2024, 17.00 Uhr
<b>Ottenthal</b>	Turnsaal der Volksschule
Fit über 55+ mit Jeanny	Dienstag, 05.03.2024, 18.00 Uhr
Fit Kids Volksschulkinder mit Jeanny	Donnerstag, 11.01.2024, 17.00 Uhr
Fit Mix mit Jeanny	Donnerstag, 21.03.2024, 19.00 Uhr
<b>Pöysbrunn</b>	Turnsaal der alten Schule
Fit Mix mit Sabine W.	Montag, 18.03.2024, 17.45 Uhr
<b>Pöysdorf</b>	Turnsaal der NMS Hindenburgstraße
Fit über 55+ mit Regine	Dienstag, 20.02.2024, 17.00 Uhr
<b>Pöysdorf</b>	Turnsaal der ehem. landw. fachschole
Dance for Kids 5-7 Jahre mit Magdalena	Montag, 12.02.2024, 15.30 Uhr
Dance for Kids ab 8 Jahre mit Magdalena	Montag, 12.02.2024, 16.30 Uhr
<b>Staatz</b>	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Cornelia	Mittwoch, 28.02.2024, 19.00 Uhr
<b>Stronsdorf</b>	Turnsaal der Mittelschule
Fit über 55+ mit Andrea	Mittwoch, 24.04.2024, 18.00 Uhr
<b>Unterstinkenbrunn</b>	Bewegungsraum des Kindergartens
Fit über 55+ mit Andrea	Donnerstag, 15.02.2024, 18.00 Uhr
<b>Wildendürnbach</b>	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Sabine	Montag, 12.02.2024, 18.00 Uhr
Dance for Kids 1. & 2. Klasse VS mit Magdalena	Dienstag, 20.02.2024, 15.30 Uhr
Dance for Kids 3. & 4. Klasse VS mit Magdalena	Dienstag, 20.02.2024, 16.30 Uhr
Indian Balance mit Eva	Mittwoch, 03.04.2024, 19.00 Uhr
<b>Wulzeshofen</b>	Pfarrsaal
Fit über 55+ mit Elisabeth	Montag, 04.03.2024, 09.30 Uhr
Gesunder Rücken mit Jutta	Montag, 04.03.2024, 18.30 Uhr

