

Kurse im Herbst 2023

Ameis	Saal im Dorfwirtshaus
Wirbelsäulengymnastik mit Cornelia	Donnerstag, 28.09.2023, 18.00 Uhr
Asparn an der Zaya	Gemeindesaal
Fit über 55+ mit Elisabeth	Mittwoch, 06.09.2023, 09.30 Uhr
Drasenhofen	Turnsaal der Volksschule
Fit Kids 3-7 Jahre mit Jeanny	Donnerstag, 14.09.2023, 15.30 Uhr
Falkenstein	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Sabine W.	Montag, 11.09.2023, 19.00 Uhr
Gnadendorf	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Eva	Dienstag, 05.09.2023, 19.00 Uhr
Fit über 55+ mit Regine	Donnerstag, 07.09.2023, 17.00 Uhr
Großharras	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Martina	Montag, 11.09.2023, 19.00 Uhr
Hörersdorf	Musikerheim
Wirbelsäulengymnastik mit Regine	Montag, 04.09.2023, 18.30 Uhr
laa an der Thaya	laaPlus Saal 1
Gesunder Rücken mit Andrea Malcher	Montag, 04.09.2023, 08.30 Uhr
Fit Mix mit Andrea Malcher	Montag, 04.09.2023, 09.30 Uhr
Pound.Rockout.Workout mit Kathi H.	Montag, 04.09.2023, 19.30 Uhr
Fit Kids Dance mit Kathi H.	Montag, 11.09.2023, 17.00 Uhr
NEU! Pump to the beat mit Tanja	Montag, 11.09.2023, 18.30 Uhr
Fit über 55+ mit Andrea	Dienstag, 05.09.2023, 18.00 Uhr
NEU! Step Intervall mit Beate	Dienstag, 05.09.2023, 19.00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik mit Beate	Dienstag, 05.09.2023, 20.00 Uhr
MUKI (Mutter-Vater-Kind-Turnen) mit Kathrin	Dienstag, 12.09.2023, 15.00 Uhr
Fit Kids ab 3 Jahre mit Kathrin	Dienstag, 12.09.2023, 16.00 Uhr
Gesunder Rücken mit Jutta	Mittwoch, 06.09.2023, 09.00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik mit Andrea Malcher	Mittwoch, 06.09.2023, 17.30 Uhr
Fit Mix mit Andrea Malcher	Mittwoch, 06.09.2023, 18.30 Uhr
Krafttraining mit eigenem Körpergewicht mit Markus	Mittwoch, 06.09.2023, 19.30 Uhr
Jumping mit Tanja	Donnerstag, 07.09.2023, 19.00 Uhr
PopUp Dance für alle ab 9 Jahre mit Katharina P.	Donnerstag, 14.09.2023, 16.00 Uhr
Beckenboden Training mit Sabine W.	Donnerstag, 14.09.2023, 17.00 Uhr
Indian Balance mit Sabine W.	Donnerstag, 14.09.2023, 18.00 Uhr
NEU! Pump to the beat mit Tanja	Samstag, 16.09.2023, 09.30 Uhr
laa an der Thaya	laaPlus Saal 2
Jackpot mit Kathi H. / Martina	Donnerstag, 07.09.2023, 19.00 Uhr

Neudorf im Weinviertel	Turnsaal der Volksschule
Step Aerobic mit Beate	Montag, 04.09.2023, 18.30 Uhr
Zumba Fitness® mit Katharina P.	Montag, 11.09.2023, 19.30 Uhr
Wirbelsäulengymnastik mit Cornelia	Dienstag, 05.09.2023, 19.00 Uhr
Fit Kids Kinderkartenkinder ab 3 Jahre mit Kathi H.	Mittwoch, 13.09.2023, 15.30 Uhr
Fit Kids Volksschulkinder mit Kathi H.	Mittwoch, 13.09.2023, 16.30 Uhr
Rockabilly Dance mit Kathi H.	Mittwoch, 06.09.2023, 19.00 Uhr
Zumba Fitness® mit Katharina P.	Donnerstag, 14.09.2023, 18.30 Uhr
Kraft- und Koordinationstraining mit Katharina P.	Donnerstag, 14.09.2023, 19.30 Uhr
Oberschoderlee	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Martina	Dienstag, 12.09.2023, 19.30 Uhr
NEU! Functional Training mit Sophie	Donnerstag, 07.09.2023, 18.30 Uhr
Fit Kids Volksschulkinder mit Sophie	Donnerstag, 05.10.2023, 17.00 Uhr
Ottenthal	Turnsaal der Volksschule
Fit über 55+ mit Jeanny	Dienstag, 05.09.2023, 18.00 Uhr
Fit Mix mit Jeanny	Donnerstag, 07.09.2023, 19.00 Uhr
Fit Kids Volksschulkinder mit Jeanny	Donnerstag, 14.09.2023, 17.00 Uhr
Pöysbrunn	Turnsaal der alten Schule
Fit Mix mit Sabine W.	Montag, 11.09.2023, 17.45 Uhr
Pöysdorf	Turnsaal der NMS Hindenburgstraße
Fit über 55+ mit Regine	Dienstag, 05.09.2023, 17.00 Uhr
Pöysdorf	Turnsaal der ehem. Landwirtschaftlichen Fachschule
Dance for Kids 5-7 Jahre mit Magdalena	Montag, 02.10.2023, 15.30 Uhr
Dance for Kids ab 8 Jahre mit Magdalena	Montag, 02.10.2023, 16.30 Uhr
Staatz	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Cornelia	Mittwoch, 06.09.2023, 19.00 Uhr
Stronsdorf	Turnsaal der Mittelschule
Fit über 55+ mit Andrea	Mittwoch, 06.09.2023, 18.00 Uhr
Unterstinkenbrunn	Bewegungsraum des Kindergartens
Fit über 55+ mit Andrea	Donnerstag, 07.09.2023, 18.00 Uhr
Wildendürnbach	Turnsaal der Volksschule
Wirbelsäulengymnastik mit Sabine	Montag, 04.09.2023, 18.00 Uhr
Dance for Kids 5-7 Jahre mit Magdalena	Dienstag, 12.09.2023, 15.30 Uhr
Dance for Kids ab 8 Jahre mit Magdalena	Dienstag, 12.09.2023, 16.30 Uhr
Indian Balance mit Eva	Mittwoch, 06.09.2023, 19.00 Uhr
Wulzeshofen	Pfarrsaal
Fit über 55+ mit Elisabeth	Montag, 04.09.2023, 09.30 Uhr
Gesunder Rücken mit Jutta	Montag, 04.09.2023, 18.30 Uhr