

Aktiv durch den Winter 2024/2025

> Programm für Kinder



Rhythmische Gymnastik mit Edith

Montags, 16⁰⁰ - 19⁰⁰ Uhr
Turnsaal Schönering (ab 9.9.24)

Dienstags, 16⁰⁰ - 19⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach (ab 10.9.24)

Freitags, 15⁰⁰ - 19³⁰ Uhr
Stift Wilhering (ab 13.9.24)



Kinderturnen mit Anita, Sandra und Fabian

Mittwochs, ab 2.10.24
16⁰⁰ - 16⁵⁰ 1.+2. Klasse Volksschule
16⁵⁰ - 18⁰⁰ ab 3. Klasse Volksschule
Schwerpunkt „Turnen“
18⁰⁰ - 19⁰⁰ ab 3. Klasse Volksschule
Schwerpunkt „Spiel“
VS Dörnbach



Kleinkinderturnen mit Anita & Sandra

Montags, ab 30. 9.24
3 - 4 Jahre 16⁰⁰ - 16⁵⁰
5 - 6 Jahre 16⁵⁰ - 17⁴⁰
VS Dörnbach



Eltern-Kind-Turnen mit Elisabeth

Donnerstags, ab 3.10.24
ab 1,5 Jahren mit einer Begleitung
16⁰⁰ - 17⁰⁰
VS Dörnbach



Anmeldung bitte per Mail:
(Anmeldung dirket bei den Vorturnerinnen)

Sandra Haslhofer (Montag)
sandra@haslhofer.at

Edith Parzmayr
edith.parzmayr@a1.net
0699/11 95 25 41

Anita Stroblmair (Mittwoch)
anita.stroblmair@gmail.com

Elisabeth Haslhofer
elisabeth.haslhofer@gmx.at

Ein Spartenbeitrag wird eingehoben!

Aktiv durch den Winter 2024/2025

> Programm für Erwachsene



**UNION
MÜHLBACH**

FUSSBALL • RHYTHMISCHE GYMNASTIK • FREIZEIT • VOLLEYBALL

www.union-muehlbach.at



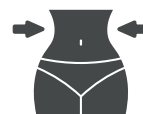
Kräftigung und Stretching für Powerfrauen mit Ilse

Montags, ab 16.9.24
18¹⁵ - 19¹⁵ Uhr
VS Dörnbach



Powermix mit Manfred und Alexander

Montags, ab 23.9.24
19³⁰ - 21⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach



Bodyshape4you mit Gerti und Margot

Dienstags, ab 24.9.24
19⁰⁰ - 20⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach



Fit und Aktiv mit Alexander

Donnerstags, ab 26.9.24
20¹⁵ - 22⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach



Rücken-Workout und Ganzkörpertraining mit Anita und Elisabeth

Dienstags, mit Anita
ab 1.10.24, 19⁰⁰ - 20⁰⁰ Uhr
VS Schönering, 10 Einheiten

Donnerstags, mit Elisabeth
ab 3.10.24, 19⁰⁰ - 20⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach, 10 Einheiten



Faszien in Bewegung mit Regina

Freitags, ab 4.10.24
9⁰⁰ - 10⁰⁰ Uhr
Turnsaal Schönering oder EKIZ

Mittwochs, ab 9.10.24
18⁰⁰ - 19⁰⁰ Uhr
VS Schönering

**FÜR ALLE KURSE IST EINE MITGLIEDSCHAFT & EINE ANMELDUNG BEI DEN VORTURNERINNEN NÖTIG
EIN SPARTENBEITRAG WIRD EINGEHOBEN!**

Manfred Engleder / Powermix
0664/75 10 19 35

Ilse Fernbach / Kräftigung und Streching
0664/33 04 462

Anita Stroblmair / Rücken-Workout
0676/68 26 680, anita.stroblmair@gmail.com

Elisabeth Haslhofer/ Rücken-Workout
0650/63 04 881, elisabeth.haslhofer@gmx.at

Regina Kolbitsch /Faszientraining
0664 49 88 317

Edith Parzmayr/Bodyshape4you
0699 11 95 25 41

Alex Schrenk / Fit und Aktiv
0664 15 20 669

Obmann: Ing. Gregor Stadler MBA, Mühlbachstraße 63, 4073 Wilhering