

# Aktiv durch den Winter 2021/2022

## > Programm für Kinder



FUSSBALL • RHYTHMISCHE GYMNASTIK • FREIZEIT • VOLLEYBALL

[www.union-muehlbach.at](http://www.union-muehlbach.at)



### Eltern-Kind-Turnen mit Anita

ab 1,5 Jahren mit einer Begleitung

Mittwochs, ab 6.10.21  
16<sup>00</sup> - 16<sup>50</sup> Uhr und  
17<sup>00</sup> - 17<sup>50</sup> Uhr  
VS Dörnbach



### Kinderturnen mit Anita

8 - 12 Jahre

Mittwochs, ab 6.10.21  
18<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup> Uhr  
VS Dörnbach



### Kleinkinderturnen mit Elisabeth

3 - 4 Jahre

Donnerstags, ab 7.10.21  
16<sup>00</sup> - 16<sup>50</sup> Uhr  
VS Dörnbach



### Kleinkinderturnen mit Elisabeth

5 - 6 Jahre

Donnerstags, ab 7.10.21  
16<sup>50</sup> 17<sup>40</sup> Uhr  
VS Dörnbach



### Kinderturnen mit Elisabeth

6 - 8 Jahre

Donnerstags, ab 7.10.21  
17<sup>45</sup> - 19<sup>00</sup> Uhr  
VS Dörnbach



### Rhythmische Gymnastik mit Edith

auf Anfrage

Montags, 16<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup> Uhr  
Turnsaal Schönering (ab 13.9.21)

Dienstags, 16<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup> Uhr  
VS Dörnbach (ab 14.9.21)

Freitags, 15<sup>00</sup> - 19<sup>30</sup> Uhr  
Stift Wilhering (ab 17.9.21)



### Voranmeldung beim Vorturner

Elisabeth Haslhofer  
[elisabeth.haslhofer@gmx.at](mailto:elisabeth.haslhofer@gmx.at)  
0650 67 33 146

Edith Parzmayer  
[edith.parzmayer@a1.net](mailto:edith.parzmayer@a1.net)  
0699 11 95 25 41

Anita Stroblmair  
[anita.stroblmair@gmail.com](mailto:anita.stroblmair@gmail.com)  
0676 68 26 680

# Aktiv durch den Winter 2021/2022

## > Programm für Erwachsene



### Kräftigung und Stretching für Powerfrauen mit Ilse

Montags, ab 13.9.21  
18<sup>30</sup> - 19<sup>30</sup> Uhr  
VS Dörnbach

Mittwochs, ab 15.9.21  
9<sup>00</sup> - 10<sup>00</sup> Uhr  
Turnsaal Schönering



### Powermix mit Manfred und Alexander

Montags, ab 20.9.21  
19<sup>45</sup> - 21<sup>30</sup> Uhr  
VS Dörnbach



### Step und Kräftigung mit Manuela

Dienstags, ab 5.10.21  
19<sup>00</sup> - 20<sup>00</sup> Uhr  
VS Dörnbach

Bitte um Anmeldung vorab!



### Rücken-Workout und Ganzkörpertraining mit Anita und Elisabeth

Dienstags, mit Anita  
ab 5.10.21, 19<sup>00</sup> - 20<sup>00</sup> Uhr  
VS Schönering, Zehnerblock

Donnerstags, mit Elisabeth  
ab 7.10.21, 19<sup>15</sup> - 20<sup>15</sup> Uhr  
VS Dörnbach, Zehnerblock



### Faszien in Bewegung mit Regina

Freitags, ab 1.10.21  
9<sup>00</sup> - 10<sup>00</sup> Uhr  
Turnsaal Schönering

Bitte um Anmeldung vorab!



### Fit und Aktiv mit Alex

Donnerstags, ab 23.9.21  
20<sup>15</sup> - 22<sup>00</sup> Uhr  
VS Dörnbach

**!!!!Wir bitten um eine Vorab-Anmeldung für Step & Kräftigung und Faszien in Bewegung!!!!**

Manfred Engleder / Powermix  
0664 75 10 1935

Ilse Fernbach / Bauch-Beine-Po  
0664 33 04 462

Anita Stroblmair / Rücken-Workout  
0676 68 26 680

Regina Kolbitsch / Faszientraining  
0664 49 88 317

Manuela Mittermair / Step und Kräftigung  
0664 88 65 19 47

Alex Schrenk / Fit und Aktiv  
0664 15 20 669

Bei allen Veranstaltungen ist eine Mitgliedschaft erforderlich - teilweise individuelle Beiträge!  
Obmann Stefan Umbauer, Kapellenstraße 12, 4073 Wilhering