

Aktiv durch den Winter 2022/2023

> Programm für Kinder



FUSSBALL • RHYTHMISCHE GYMNASTIK • FREIZEIT • VOLLEYBALL

www.union-muehlbach.at



Eltern-Kind-Turnen mit Anita

ab 1,5 Jahren mit einer Begleitung

Mittwochs, ab 5.10.22
16⁰⁰ - 16⁵⁰ Uhr und
16⁵⁰ - 17⁴⁰ Uhr
VS Dörnbach



Kinderturnen mit Anita

8 - 12 Jahre

Mittwochs, ab 5.10.22
17⁴⁵ - 19⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach



Kleinkinderturnen mit Elisabeth

3 - 4 Jahre

Donnerstags, ab 6.10.22
16⁰⁰ - 16⁵⁰ Uhr
VS Dörnbach



Kleinkinderturnen mit Elisabeth

5 - 6 Jahre

Donnerstags, ab 6.10.22
16⁵⁰ - 17⁴⁰ Uhr
VS Dörnbach



Kinderturnen mit Elisabeth

6 - 8 Jahre

Donnerstags, ab 6.10.22
17⁴⁵ - 19⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach



Rhythmische Gymnastik mit Edith

Montags, 16⁰⁰ - 19⁰⁰ Uhr
Turnsaal Schönering (ab 12.9.22)
Dienstags, 16⁰⁰ - 19⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach (ab 13.9.22)
Freitags, 15⁰⁰ - 19³⁰ Uhr
Stift Wilhering (ab 16.9.22)



Anmeldung bei den Vorturnerinnen:

Elisabeth Haslhofer
elisabeth.haslhofer@gmx.at
0650 67 33 146

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

Anita Stroblmair
anita.stroblmair@gmail.com
0676 68 26 680

Aktiv durch den Winter 2022/2023

> Programm für Erwachsene



FUSSBALL • RHYTHMISCHE GYMNASTIK • FREIZEIT • VOLLEYBALL

www.union-muehlbach.at



Kräftigung und Stretching für Powerfrauen mit Ilse

Montags, ab 19.9.22
18⁰⁰ - 19⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach



Powermix mit Manfred und Alexander

Montags, ab 19.9.22
19³⁰ - 21⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach



Step & Body Workout mit Gerti

Dienstags, ab 20.9.22
19⁰⁰ - 20⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach, 6 Einheiten



Rücken-Workout und Ganzkörpertraining mit Anita und Elisabeth

Dienstags, mit Anita
ab 4.10.22, 19⁰⁰ - 20⁰⁰ Uhr
VS Schönering, 10 Einheiten

Donnerstags, mit Elisabeth
ab 6.10.22, 19¹⁵ - 20¹⁵ Uhr
VS Dörnbach, 10 Einheiten



Faszien in Bewegung mit Regina

Freitags, ab 7.10.22
9⁰⁰ - 10⁰⁰ Uhr
Turnsaal Schönering (eh. HS)



Fit und Aktiv mit Alexander

Donnerstags, ab 22.9.22
20¹⁵ - 22⁰⁰ Uhr
VS Dörnbach

!!! FÜR ALLE KURSE IST EINE MITGLIEDSCHAFT & EINE ANMELDUNG BEI DEN VORTURNERINNEN NÖTIG !!!

Manfred Engleder / Powermix
0664 75 10 19 35

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

Anita Stroblmair / Rücken-Workout
0676 68 26 680

Regina Kolbitsch / Faszientraining
0664 49 88 317

Edith Parzmayr/Step und Kräftigung
0699 11 95 25 41

Alex Schrenk / Fit und Aktiv
0664 15 20 669

Aufgrund der aktuellen Situation sind Änderungen vorbehalten!
Obmann: Ing. Gregor Stadler MBA, Mühlbachstraße 63, 4073 Wilhering