

ANGEBOT

GESUNDHEITSSPORT

SUPERCARD

All-in-Paket* pro Semester für € 112,-

JAHRESKARTE

All-in-Paket* pro Jahr für € 210,-

*ausgenommen sind Spezialkurse

EINZELKURSE

einzel buchbar: Bodega Moves, Konga, Piloxing-Kurse, Zumba, Strong by Zumba: je € 82,- / Hip Hop: € 92,- / Treffp. Tanz: € 40,-

SPEZIALKURSE

Qi-Gong, Faszientraining, Wirbelsäulengymnastik: je € 90,-
 Lauftraining: € 65,- , Zeitgenössischer Tanz: € 105,-

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit f. immer 10:00-10:55 UZ (Gr. 1)	Yoga Fortgeschr. 10:00-11:25 UZ	Pilates 10:00-10:55 UZ	Bauch, Bein, Po 10:00-10:55 UZ	Step Advanced 10:00-10:55 UZ
Fit f. immer 11:00-11:55 UZ (Gr. 2)	Faszien od. Wirbelsäule 11:30-12:25 UZ	Pilates 11:00-11:55 UZ	Step Basic 11:00-11:55 UZ	Kraft- training 11:00-11:55 UZ
			LIMA 15:30-16:55 UZ	
Yoga Anfänger 16:30-17:55 UZ		Piloxing Knockout 17:45-18:30 NMS 1	Sanfte Bewegung 17:30-18:25 UZ	Zeitgenöss. Tanz 17:30-19:00 UZ
Yoga Fortgeschr. 18:00-19:25 UZ	Piloxing 18:30-19:25 NMS 1	Konga 18:30-19:25 NMS 1	Pilates 18:30-19:25 UZ	Bodega Moves 18:00-18:55 NMS 1
Qi-Gong 19:30-20:25 UZ	Bodywork 19:30-20:25 NMS 1	Body-Fit 19:00-19:55 UZ	Functional Training 19:30-20:25 NMS 1	Hip Hop 19:00-20:15 UZ
	Lauftraining 19:30-20:25 UZ			Rückenfit 19:00-19:55 NMS 1
				Strong by Zumba 19:00-19:55 NMS 1
				Treffp. Tanz 19:00-20:25 UZ
Samstag	08:00 Uhr: Nordic Walking (Treffpunkt: Eingang Waldlehrpfad - Hochleithenwald)			

Seniorentraining leicht bis mittel mittel bis ganz schön anstrengend Spezialkurse (nicht in Supercard)

Programm- und Terminänderungen vorbehalten!

KINDER- UND JUGENDSPORT

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		Motopädagogik (3-8 Jahre) 15:00-16:25 NMS 2		Geräteturnen Fortgeschritten 15:00-16:25 NMS 2
Geräteturnen Anfänger 16:00-16:55 NMS 1	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre) 16:00-16:55 NMS 1	Eltern-Kind-Turnen (2-4 Jahre) 15:45-16:40 NMS 1	Kleinkinderturnen (4-6 Jahre) 16:00-16:55 NMS 1	Geräteturnen Wettkampf 16:30-17:55 NMS 2
Geräteturnen Wettkampf 17:00-18:25 NMS 1	Motopädagogik (3-8 Jahre) 16:00-17:25 NMS 2	Vielseitiges Turnen (6-10 Jahre) 16:45-17:40 NMS 1	Geräteturnen Anfänger 17:00-17:55 NMS 1	
		Hip Hop Kinder (7-12 Jahre) 17:00-17:55 UZ	Leichtathletik ab 13 Jahren 18:30-19:55 NMS 2	
	Volleyball (ab 13 Jahren) 19:00-20:30 NMS 2	Hip Hop Jugend (13-17 Jahre) 18:00-18:55 UZ		

UZ: Union Zentrum (Kirschenallee 4)
 NMS 1: Neue Mittelschule - Withalmstraße
 NMS 2: Neue Mittelschule - Kirchenplatz

Kleinkinder ab Volksschulalter Jugendliche

Programm- und Terminänderungen vorbehalten!

ELTERN-KIND-TURNEN

1-3 Jahre od. 2-4 Jahre: € 52,-

MOTOPÄDAGOGIK

3-8 Jahre: € 110,-

KLEINKINDERTURNEN

4-6 Jahre: € 55,-

VIELSEITIGES TURNEN

6-10 Jahre: € 55,-

GERÄTETURNEN

ab 6 Jahren
 Anfänger: € 55,-
 Fortgeschritten: € 70,-
 Wettkampf: € 110,-

HIP HOP

7-12 J. od. 13-17 J.: € 55,-

LEICHTATHLETIK

ab 13 Jahren: € 70,-

VOLLEYBALL

ab 13 Jahren: € 70,-

ANMELDUNG

AB ENDE AUGUST 2018

*Online auf www.sportunionwolkersdorf.at → unter Gesundheitssport bzw. Kinder/Jugendsport

*Komm zu deinem Wunschprogramm und füll vor Ort ein Anmeldeformular aus.

Alle unsere Ganzjahresprogramme im Gesundheitssport und Kinder/Jugendsport finden von 10.09.2018-21.06.2019 statt. Ausgenommen sind Schulferien, Feiertage und Fenstertage.