













Sportprogramm 2021 / 2022

ZVR-Zahl 848262823



Turnsaal der VS - Haunoldstein

<p>Intervalltraining</p> <p>Montag</p> <p> 18.30 - 19.15</p> <p>4. Okt. - 29. Nov. 2021 10. Jän. - 7. März 2022 (jeweils 8-er Block)</p>	<p>Bodyforming</p> <p>Montag</p> <p> 19.30 - 20.30</p> <p>20. Sept., 25. Okt., 22. Nov. 2021 10. Jän., 14. Feb., 21. März, 9. Mai 2022</p>	<p>Step Aerobic</p> <p>Montag</p> <p> 19.30 - 20.30</p> <p>11. Okt., 15. Nov. 2021 21. Feb., 28. März 2022</p>
<p>Senso-Training</p> <p>Montag</p> <p> 19.30 - 20.30</p> <p>18. Okt., 29. Nov. 2021, 17. Jän., 28. Feb., 4. Apr., 16. Mai 2022</p>	<p>Six - Pack</p> <p>Montag</p> <p> 19.30 - 20.30</p> <p>4. Okt., 6. Dez. 2021, 24. Jän., 7. März, 25. April 2022</p>	<p>B_{auch} B_{eine} P_o</p> <p>Montag</p> <p> 19.30 - 20.30</p> <p>27. Sept., 8. Nov., 13. Dez. 2021 31. Jän., 14. März, 2. Mai 2022</p>
<p>Wellnessgymnastik</p> <p>Mittwoch</p> <p> 19.00 - 20.00</p> <p>22. September 2021 bis 18. Mai 2022 (Abschluss)</p>	<p>Rücken - Sanft</p> <p>Mittwoch</p> <p> 19.00 - 20.00</p> <p>20. Okt, 17. Nov., 1. Dez. 2021 26. Jän., 2. März, 6. April 2022</p>	<p>Ugotchi</p> <p>1. - 4. VS</p> <p>Freitag 2x / Monat</p> <p> 15.00 - 16.00</p> <p>ab 17. September 2021</p>
<p>Mini - Mix</p> <p>4 - 6 Jahre</p> <p>Freitag 2x / Monat</p> <p> 16.00 - 17.00</p> <p>ab 17. September 2021</p>	<p>Krabbel - Kids</p> <p>Eltern-Kinder-Turnstunde</p> <p>1 - 3 Jahre</p> <p>Freitag 2x / Monat</p> <p> 14.00 - 15.00</p> <p>17.00 - 18.00</p> <p>ab 17. September 2021</p>	<p>Ball- & Bewegungsspiele</p> <p>9 - 14 Jahre</p> <p>Freitag 2x / Monat</p> <p> 18.00 - 19.00</p> <p>ab 17. September 2021</p>

