

Semester: Montag, 17.09.2018 bis Freitag, 08.02.2019

Ort: Turnhalle der Volksschule Großmain

**Kursbeitrag:
pro Semester**

| | | |
|------------------------------------------------------------|--------|--------------|
| Kinder, Schüler, Jugendliche bis 18 Jahre und Studenten | € 30,- | Kurs-Beitrag |
| Erwachsene | € 45,- | Kurs-Beitrag |

Auskunft:

| | |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Gabi Staufner | Waltraud Geisberger |
| +43 (0) 676 / 90 77 309 | +43 (0) 699 / 109 47 275 |
| gabi.staufner@gmx.at | g.waltraud@hotmail.com |

- es besteht die Möglichkeit, in jeden der angegebene Kurse **einmal** kostenlos hinein zu schnuppern
- die Anmeldung erfolgt beim Trainer, die Kursgebühr ist auch bei diesem zu bezahlen



Der jährliche Mitgliedsbeitrag von 25,- für Erwachsene wird durch den Hauptverein SSC Großmain verrechnet und verwaltet. Dieser wird per Post an die Mitglieder gesendet und kann nicht in den einzelnen Kursen bezahlt werden!

Bei Fragen diesbezüglich wenden sie sich bitte an
Frau Manuela Hochleitner Tel: +43 (0)664 4506987
(Obfrau des Vereins SSC Großmain)



Sektionen: SKI - FUSSBALL - TURNEN - STOCKSCHIESSEN

SEKTION TURNEN

Turnprogramm

Herbst 2018

fit und mobil

Yoga

Ob Frau, ob Mann, ob alt ob jung,
es hält den faulsten Strick in Schwung
Und fördert auch, was angenehm,
im Teamgeist das Immunsystem



Montag:

17.00 - 18.30 **Kinderfußball**
Vor Anmeldung erbeten bei
Robert Maurer, Tel.: +43 (0) 664 / 9372503
(Sektion Fußball - eigener Kursbeitrag)

19.00 **Fußball**

Dienstag:

17.00 - 18.20 **Kinderfußball**
(Sektion Fußball - eigener Kursbeitrag)

Mittwoch:

17.45 - 18.45 **fit und mobil 1.0**
für Damen und Herren ab 50
Ausgleichsgymnastik, Haltungsverbesserung
muskuläre Balance optimieren
und Verbesserung der Beweglichkeit
**mit Petra Eckart und
Karin Kamml-Schweiger**

19.00 - 20.00 **fit und mobil 2.0**
Ausgleichsgymnastik, Haltungsverbesserung
muskuläre Balance optimieren
und Verbesserung der Beweglichkeit
**mit Petra Eckart und
Karin Kamml-Schweiger**

Donnerstag:

16.00 - 17.00 **Kinderfußball - Bambini**
3-5 Jahre
(Sektion Fußball - eigener Kursbeitrag)

17.00 - 18.30 **Kinderfußball**
(Sektion Fußball - eigener Kursbeitrag)

19.00 - 20.15 **Yoga/Pilates**
Bewegt durch alle Jahreszeiten
mit Yoga und Pilates für Sie und Ihn
Kursbeitrag € 70,- / 14 Einheiten
Kursbeginn am 20.09.2018
mit Ute Wagner-Reis
BodyBalancePilates-Instructor
Ärztl. geprüfte Yogalehrerin

Freitag

15.00 - 16.00 Kleinkinderturnen 1 1/2 - 3 Jahre

16.00 - 17.00 Kinderturnen 4 - 6 Jahre

17.15 - 18.45 **Fußball**
(Sektion Fußball - eigener Kursbeitrag)