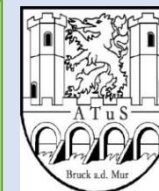


TURNPROGRAMM 2019/2020



ATUS Turnen & Leichtathletik Bruck/Mur



Start der Einheiten: Montag, 16.9.2019

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
16:00-17:00 Knaben 6-9 Jahre M. Pfungstl, C. Preiner	 17:00-18:15 Mädchen 6- 10 Jahre M. Pfungstl, C.Preiner	15:30- 16:30 Kleinkinder 3-4 Jahre R.Traar, S.Baumegger, T.Pfungstl	8:30- 9:30 Ganzkörperkräftigung für Sie & Ihn D.Gwandner 	18:45- 20:00 Jugend Weiblich ab 10-15 Jahre M.Pfungstl, S.Mislivicek
17:00- 18:00 Jugend Männlich ab 10 -15 Jahre M. Pfungstl, C. Preiner	18:30- 20:00 Wirbelsäulen- und Dehnungsübungen für Männer E.Lenger	16:30- 17:30 Kleinkinder 5-6 Jahre R.Traar, S.Baumegger, T.Pfungstl	18:30- 19:30 Wirbelsäulengymnastik für Sie & Ihn E.Lenger	 MITGLIEDSBEITRAG (September 2019- Mai 2020) Erwachsene: € 75.- Kinder/Jugend (bis 14): € 65.- Familientarif (ab 4 Personen aus einer Familie): € 250.-
SPORTHALLE: 19:00- 20:30 Kurzhanzeltraining und Zirkeltraining A. Kottek-Saini	20:00-21:30 Konditionstraining und Fußballtennis für Männer E.Lenger	 UNDER ARMOUR. PETER GREBIEN  www.greben-design.at	18:30- 19:30 Wirbelsäulengymnastik für Sie & Ihn E.Lenger	
Kontakt: Prof.Mag. Rene TRAAR office@atusturnen.at Tel.: 0650/3610130 www.atusturnen.at			19:35- 21:00 Yoga für Sie & Ihn A.Kottek-Saini	Wo Bewegung Spaß macht

