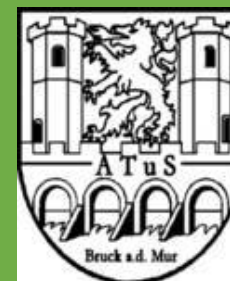


# Turnprogramm 2022/2023

## ATuS Turnen & Leichtathletik Bruck/Mur

Wo Bewegung  
Spaß macht!



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
<b>16:00-17:00</b> <b>Kinderyoga</b> <b>6-9 Jahre</b> <i>Olivia Wagner</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	<b>17:00-18:15</b> <b>Kinderturnen</b> <b>7-10 Jahre</b> <i>Sabrina &amp; Lara Mislivecek</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	<b>15:45-16:45</b> <b>Kleinkinderturnen 3-4 Jahre</b> <i>Caroline &amp; Celine Preiner, Kerstin &amp; Angela Brandner</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	<b>18:30-19:30</b> <b>Wirbelsäulengymnastik für Sie &amp; Ihn</b> <i>Erich Lenger</i> Turnsaal MS Bruck/Mur
<b>17:00-18:00</b> <b>Kinderyoga</b> <b>10-13 Jahre</b> <i>Olivia Wagner</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	<b>18:30-20:00</b> <b>Wirbelsäulen- und Dehnungsübungen für Sie &amp; Ihn</b> <i>E. Lenger &amp; C. Kletzenbauer</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	<b>16:45-17:45</b> <b>Kleinkinderturnen 5-6 Jahre</b> <i>Caroline &amp; Celine Preiner, Kerstin &amp; Angela Brandner</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	<b>19:35-20:35</b> <b>Dance Aerobic mit lateinamerikanischer Musik</b> <i>Caroline Preiner</i> Turnsaal MS Bruck/Mur
<b>18:10-19:30</b> <b>Kurzhantertraining &amp; Ganzkörper - Workout/Zirkeltraining</b> <i>Astrid Kottek-Saini</i> Sporthalle Bruck/Mur	<b>20:00-21:30</b> <b>Kondition- und Krafttraining für Sie &amp; Ihn</b> <i>E. Lenger &amp; C. Kletzenbauer</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	Schnuppern jederzeit möglich!  <b>Wir freuen uns auf Dich!</b>	<b>17:00-18:30</b> <b>Iron Workout®</b> <b>ultimatives Group-Fitness-Trainingssystem</b> <i>Kerstin Brandner</i> Turnsaal HAK Bruck/Mur



[www.grebien-design.at](http://www.grebien-design.at)

Kontakt: Mag.<sup>a</sup> Claudia Dornhofer (0676/9600301)  
 Mag.<sup>a</sup> Silvia Grubesić (0650/9806150)  
 E-Mail: [office@atusturnen.at](mailto:office@atusturnen.at)  
 Homepage: [www.atusturnen.at](http://www.atusturnen.at)

**ÖSTA-Training: April-  
 Oktober Do., 18:00-19:30  
 (Murinsel Stadion)**

### **Mitgliedsbeitrag:**

(September 2022 - Mai 2023)

Erwachsene: € 80.-

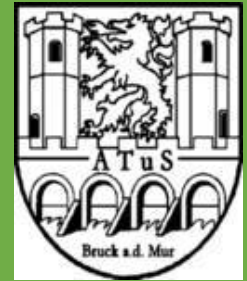
Kinder/Jugend (bis 15): € 70.-

Familientarif (ab 4 Personen aus einer Familie): € 255.-

# Unser Team

Wo Bewegung  
Spaß macht!

## ATuS Turnen & Leichtathletik Bruck/Mur



NAME	KONTAKT	EINHEIT	
<b>Kerstin BRANDNER</b>	0664/2804323 <a href="mailto:brandner.kerstin@drei.at">brandner.kerstin@drei.at</a>	<b>Kleinkindturnen 3-4 Jahre &amp; 5-6 Jahre</b> <b>IRON WORKOUT®</b> - traditionelles Workout mit abwechslungsreichen Körperübungen, ohne und mit Hilfsmittel (z.B.: Triple Tubes). Für Erwachsene u. Jugendliche ab 17 Jahren.	HOT IRON® Top Instructor & YoungStar; IRON SYSTEM® Instructor; IRON WORKOUT® Instructor; deepWORK® Instructor; biXpack-EMA-Trainerin
<b>Angela BRANDNER</b>		<b>Kleinkindturnen 3-4 Jahre &amp; 5-6 Jahre</b>	Elementarpädagogin i. A.
<b>Erich LENGER</b>	<a href="mailto:elenger@atusturnen.at">elenger@atusturnen.at</a>	<b>Wirbelsäulen- und Dehnungsübungen für Sie &amp; Ihn</b> <b>Kondition- und Krafttraining für Sie &amp; Ihn</b> <b>Wirbelsäulengymnastik für Sie &amp; Ihn</b>	Staatl. geprüfter Lehrwart für Fitsport
<b>Sabrina MISLIVECEK</b>	<a href="mailto:sabrina.mislivecek@gmail.com">sabrina.mislivecek@gmail.com</a>	<b>Kinderturnen 7-10 Jahre</b>	Pädagogin
<b>Lara MISLIVECEK</b>		<b>Kinderturnen 7-10 Jahre</b>	
<b>Caroline PREINER</b>	<a href="mailto:c.preiner@gmx.at">c.preiner@gmx.at</a>	<b>Kleinkindturnen 3-4 Jahre &amp; 5-6 Jahre</b> <b>Dance Aerobic mit lateinamerikanischer Musik</b>	Fitnesstrainerin
<b>Celine PREINER</b>		<b>Kleinkindturnen 3-4 Jahre &amp; 5-6 Jahre</b>	
<b>Christiane KLETZENBAUER</b>	0664/73412655	<b>Wirbelsäulen- und Dehnungsübungen für Sie &amp; Ihn</b> <b>Kondition- und Krafttraining für Sie &amp; Ihn</b> <b>ÖSTA-Trainerin</b>	Leiterin ÖSTA-Gruppe
<b>Astrid KOTTEK-SAINI</b>		<b>Kurzhantertraining &amp; Ganzkörper-Workout/Zirkeltraining</b>	Yogalehrerin
<b>Olivia WAGNER</b>	0676/5387464	<b>Kinderyoga</b> – um ein bewusstes, friedvolles und ausgeglichenes Leben führen zu können, ist es bedeutsam, bereits Kinder mit der Kraft des Yogas vertraut zu machen. Yoga kann sich positiv auf den Körper, den Geist und das Bewusstsein der Kinder auswirken.	Kinder Ayurveda-Yogatrainerin