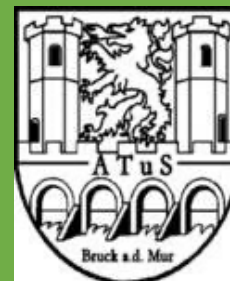


Turnprogramm 2023/2024

ATuS Turnen & Leichtathletik Bruck/Mur

Wo Bewegung
Spaß macht!



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
16:00-16:50 Kinderyoga 6-12 Jahre <i>Olivia Wagner</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	17:00-18:15 Kinderturnen 7-10 Jahre <i>Sabrina & Lara Mislivecek</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	15:45-16:45 Kleinkinderturnen 3-4 Jahre <i>Caroline Preiner, Kerstin Brandner & Katharina Handl</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	18:30-19:30 Wirbelsäulengymnastik für Sie & Ihn <i>Erich Lenger</i> Turnsaal MS Bruck/Mur
17:00-17:50 Yoga für Erwachsene <i>Olivia Wagner</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	18:30-20:00 Wirbelsäulen- und Dehnungsübungen für Sie & Ihn <i>Erich Lenger & Christian Kletzenbauer</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	16:45-17:45 Kleinkinderturnen 5-6 Jahre <i>Caroline Preiner, Kerstin Brandner & Katharina Handl</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	19:30-20:30 Dance Aerobic mit lateinamerikanischer Musik* <i>Caroline Preiner</i> Turnsaal MS Bruck/Mur
18:10-19:30 Kurzhantheltraining & Ganzkörper - Workout/Zirkeltraining <i>Astrid Kottek-Saini</i> Sporthalle Bruck/Mur	20:00-21:30 Kondition- und Krafttraining für Sie & Ihn <i>Erich Lenger & Christiane Kletzenbauer</i> Turnsaal MS Bruck/Mur	Schnuppern jederzeit möglich! Anmeldung vor Ort im Turnsaal! Wir freuen uns auf Dich!	 <p>*Achtung: Start dieser Einheit ab 28.09.2023!</p>



www.grebien-design.at

Kontakt: Mag.^a Claudia Dornhofer (0676/9600301)
 Mag.^a Silvia Grubesić (0650/9806150)
 E-Mail: office@atusturnen.at
 Homepage: www.atusturnen.at

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

Mitgliedsbeitrag:

(September 2023 - Mai 2024)

Erwachsene: € 80.-

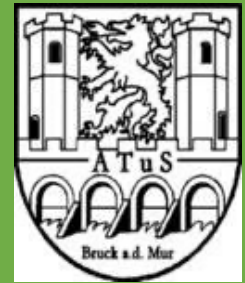
Kinder/Jugend (bis 15): € 70.-

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

Unser Team

Wo Bewegung
Spaß macht!

ATuS Turnen & Leichtathletik Bruck/Mur



NAME	KONTAKT	EINHEIT	
BRANDNER Kerstin	0664/2804323 brandner.kerstin@drei.at	Kleinkinderturnen 3-4 Jahre & 5-6 Jahre	Fitnesstrainerin
HANDL Katharina		Kleinkinderturnen 3-4 Jahre & 5-6 Jahre	
LENGER Erich	elenger@atusturnen.at	Wirbelsäulen- und Dehnungsübungen für Sie & Ihn Kondition- und Krafttraining für Sie & Ihn Wirbelsäulengymnastik für Sie & Ihn	Staatl. geprüfter Lehrwart für Fittestport
MISLIVECEK Sabrina	sabrina.mislivecek@gmail.com	Kinderturnen 7-10 Jahre	Pädagogin
MISLIVECEK Lara		Kinderturnen 7-10 Jahre	
PREINER Caroline	c.preiner@gmx.at	Kleinkinderturnen 3-4 Jahre & 5-6 Jahre Dance Aerobic mit lateinamerikanischer Musik	Fitnesstrainerin
KLETZENBAUER Christiane	0664/73412655	Wirbelsäulen- und Dehnungsübungen für Sie & Ihn Kondition- und Krafttraining für Sie & Ihn ÖSTA-Trainerin	Leiterin ÖSTA-Gruppe
KOTTEK-SAINI Astrid		Kurzhandeltraining & Ganzkörper-Workout/Zirkeltraining	Yogalehrerin
WAGNER Olivia	0676/5387464	Kinderyoga – 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. Yoga für Erwachsene – in einem bewegten Körper wohnt ein freier Geist.	Kinder Ayurveda-Yogatrainerin Yogalehrerin