

# SPORTUNION-Kursprogramm 2024/25

Kinderkurse

Kurse für Erwachsene und Jugendliche



Tag, Uhrzeit	Kurs	Trainer*innen	Intensität
MO, 15:45 – 16:35 Uhr	<b>Eltern-Zwergenturnen</b> 2- bis 3-Jährige (TN-Zahl begrenzt)	Barbara Leitner	niedrig
MO, 16:40 – 17:30 Uhr	<b>Zwergenturnen 4- bis 6-Jährige</b> (Kiga-Kinder, TN-Zahl begrenzt)	Barbara Leitner	niedrig
MO, 17:35 – 18:25 Uhr	<b>Kinderturnen 6- bis 8-Jährige</b> (1./2. Klasse, TN-Zahl begrenzt)	Barbara Leitner	niedrig
MO, 18:30 – 19:00 Uhr	<b>HIIT - Hochintensives</b> <b>Intervalltraining (in VS Asperhofen)</b>	Evelyne Führer	hoch
MO, 19:00 – 20:00 Uhr	<b>Power Hour (in VS Asperhofen)</b>	Evelyne Führer	mittel
DI, 17:30 – 18:30 Uhr	<b>Rücken-Fit</b>	Catrin Haas	niedrig
DI, 18:30 – 19:30 Uhr	<b>Power Bodywork</b>	Catrin Haas	hoch
DI, 19:30 – 20:30 Uhr	<b>Gym-Mix</b>	Catrin Haas	mittel
MI, 16:30 – 17:30 Uhr	<b>Fit &amp; Stretch</b>	Angelina Monihart	mittel
MI, 17:30 – 18:30 Uhr	<b>Cardio Dance</b>	Angelina Monihart	mittel
MI, 18:00 – 19:00 Uhr	<b>Line Dance für Anfänger</b> (in VS Asperhofen)	Magdalena Kreimel	niedrig
MI, 19:00 – 20:00 Uhr	<b>Line Dance für Fortgeschrittene</b> (in VS Asperhofen)	Magdalena Kreimel	mittel
DO, 19:00 – 20:00 Uhr	<b>Energy Workout</b>	Oliver Germann	hoch
Okt. 2024 – März 2025	<b>Gym-Mix online, 1x wöchentlich</b>	Catrin Haas	mittel

Alle Kurse (bis auf HIIT, Power Hour und Line Dance) finden in der **Volksschule Würmla** statt und werden **nur an Schultagen** abgehalten. Entfallene Termine werden nicht nachgeholt.

Mitgliedsbeiträge 2024/25	Jahresbeitrag	Semesterbeitrag
<b>Kinder</b> (bis 14 Jahre)	€ 70,- (für weitere Kinder in Familie: € 60,-)	€ 40,- (für weitere Kinder in Familie: € 35,-)
<b>Jugendliche, Studierende, Karenz</b>	€ 95,-	€ 55,-
<b>Erwachsene</b>	€ 140,- (für weitere Erw. in Familie: € 130,-)	€ 80,- (für weitere Erw. in Familie: € 75,-)

**Bankverbindung** der SPORTUNION Würmla:

IBAN: AT24 5300 0040 5501 5347