

BEWEGUNGSINFOS Herbst 2017 - Sektion Fitness

*Buntes Sportangebot der Sektion Fitness
für Klein und Groß!*



MONTAGS, ab 18. September 2017



Zumba Kids

für Mädels und Jungs
von 7 bis 12 Jahren
von 16:00 - 17:00 Uhr

mit Margit Schnabler

10 Einheiten um € 40,-
Mindestteilnehmeranzahl: 15

DIENSTAGS, ab 3. Oktober 2017

FIT Turnen + Wirbelsäulengymnastik

mit Marianne Gschossmann
19:30 - 20:30 Uhr

Für Unionsmitglieder **FREI**

DIENSTAGS, ab 3. Oktober 2017

Turnzwerge **Bewegungseinheiten**

- **ELTERN-KIND-Turnen** (Kids ab 2,5 Jahren) „**Biennen**“
- „**Schlümpfe**“ Turnen (Kids ab 4 Jahre, ohne Begleitung)

GRATIS Schnuppereinheit im VS Turnsaal
Dienstag, 3. Oktober 2017



Schlümpfe: 14:00 - 14:55 Uhr

Biennen: 15:00 - 16:00 Uhr

10-er Block
(wöchentliche Einheit)

max. Teilnehmeranzahl: 15 Kinder je Einheit



MITTWOCHS, ab 4. Oktober 2017

Zumba Fitness

18:15 - 19:15 Uhr

10-er Block



mit Natalia Gonzalez

€ 50 für Unions-Mitglied
€ 65 für NICHT Mitglied



Vorschau - SPORTGALA

am 23., 24. und 25. Februar 2018

Jeder der bei der Sportgala aktiv mitmachen möchte, bitte bei den Verantwortlichen der Sportunion melden.

Wir freuen uns über jeden einzelnen, der uns mit seinem Mitwirken unterstützt und so die Gala wieder zu einem wunderbaren sportlichen Fest erstrahlen lässt.

Infos + Anmeldung bei Manuela Niterl
0677/614 75 001

Kursgebühren werden in den 1. Einheiten einkassiert.

Viel Spaß beim gemeinsamen Schwitzen!



Sportlich AKTIV

und dein Baby immer dabei

in Nöchling

fitdankbaby® PRE

Aktiv mit Babybauch

Seid gemeinsam aktiv - von Anfang an!

AKTIVE

Schwangerschaftsgymnastik
ab der 14. SSW bis zur Geburt

Diese Einheiten fördern das Wohlbefinden von Mama und Baby, schon in der Schwangerschaft wirkt sich Sport positiv aus.

Kurse (je 4 Einheiten):

Start Kurs I: 05.09.2017

Start Kurs II: 03.10.2017

Start Kurs III: 31.10.2017

Start Kurs IV: 28.11.2017

Fortlaufende Kurse -> so ist ein Einstieg für werdende Mamis einfacher gestaltet.

Anmeldung bei Manuela Niterl 0677/614 75 001
oder auf www.fitdankbaby.at



Herbstkurse 2017 in Nöchling



für Mamas mit Baby ab 3 Monaten

mittwochs, ab 27. September 2017
10:15 - 11:30



für Mamas mit Baby ab 8 Monaten

mittwochs, ab 27. September 2017
8:45 - 10:00



für Mamas mit Kind ab dem Laufalter:

dienstags, ab 26. September 2017
9:00 - 10:00

Kursleiterin
Manuela Niterl

0677/614 75 001

www.fitdankbaby.at