



KURSPROGRAMM

16. September 2024 - 13. Juni 2025

MONTAG	07:30	PILATES mit Faszientraining	Centrum Weerberg	Waltraud ROFNER Tel. 0664 3996946
MONTAG	09:30	LINE-DANCE	KAC-Clubraum Pözl Schwaz	Maria GÜRTLER Tel. 0660 5690192
	19:00	Fortgeschrittene		
MONTAG	17:45	SENIORENGYMNASTIK für Männer	Bewegungsraum VS Ost	Gabi EBNER Tel. 0680 3020242
DIENSTAG	08:00	PILATES	Turnsaal im Haus der Generationen	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
	09:00	WIRBELSÄULENGYMNASTIK		
DIENSTAG	17:30	PILATES und RÜCKENGYMASTIK	Turnsaal im Haus der Generationen	Walli POSSELT Tel. 0664 1323849
DIENSTAG	18:00	LINE-DANCE Anfänger	KAC-Clubraum Pözl Schwaz	Maria GÜRTLER Tel. 0660 5690192
DIENSTAG	18:30	„Treffpunkt TANZ“ Tanzen ab der Lebensmitte	Kindergarten Stans	Marialuise HUSSL Tel. 05242 62396
DIENSTAG	19:00	GANZKÖRPERTRAINING mit Musik	Bildungszentrum Pill	Astrid WITTRÖCK Tel. 0650 5141502
DIENSTAG	18:00	SENIORENGYMNASTIK	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule		
MITTWOCH	19:00	PROBLEMZONEN-, RÜCKEN- und MOBILITÄTSTRaining	Volksschule Stans	Walli POSSELT Tel. 0664 1323849
MITTWOCH	19:00	MEDITATION 10 EH 14tägig ab 25.09.2024	KAC-Clubraum Pözl Schwaz	Sigrid Heinzl-Joachim Tel. 0664 5364987
MITTWOCH	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel: 0677 61136356
DONNERSTAG	08:00	PILATES	Turnsaal im Haus der Generationen	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
	09:00	RÜCKENGYMNASTIK für Senioren		
DONNERSTAG	16:30	YOGA – mit dem Bewusstsein den Körper formen	Dorfraum EKIZ Schwaz	Andrea LECHNER Te: 0664 5435594
DONNERSTAG	17:30	LINE-DANCE Fortgeschrittene	KAC-Clubraum Pözl Schwaz	Maria GÜRTLER Tel. 0660 5690192
DONNERSTAG	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
DONNERSTAG	20:00	PILATES	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel: 0677 61136356

Anfragen für **WASSERGYMNASTIK**: Astrid WITTRÖCK, Tel. 0650 5141502

Neueinstieg jederzeit möglich, eine Schnupperstunde gratis!