



Fit durch den Winter 2023/2024

in der Mehrzweckhalle Schöder

Bewegung ist die beste Gesundheitsvorsorge. Da ist für jeden was dabei!

Beginn:

Sport- und Bewegungseinheiten:

- ab Mi., 27.09.2023** 18:00-18:50 Uhr **YOGILATES** Workout mit Frau Reininghaus. Bildungsscheck der Arbeiterkammer kann verwendet werden. Anmeldungen bitte direkt bei der Arbeiterkammer. Kursbeitrag € 80,- /10 Einheiten.
- ab Di., 03.10.2023** **Dance Works:**
18:30-19:30 Uhr-Kurs I 10 Einheiten
19:30-20:30 Uhr-Kurs II 10 Einheiten
Abwechslungsreiches Tanz Workout von Salsa, Merengue, bis zu Twist und vielem mehr. Kursbeitrag € 47,- für TUS-Mitglieder und € 57,- für Nicht-Mitglieder
Anmeldung bitte bei Sabrina Wallner Tel.:0664/75161675
- ab Mi., 04.10.2023** **Tanz Hits für Kids:** Mini-Kids-Tanz für Kinder von 3-6 Jahren von 15:00-16:00 Uhr und Dancing Kids für Kinder ab 6 Jahren von 16:00-17:00 Uhr €15/8 Einheiten für Nicht-TUS-Mitglieder €10/8 Einheiten für TUS-Mitglieder
Anmeldung bei Sabrina Wallner Tel.: 0664/75161675
- ab Do., 12.10.2023** 18:00-19:00 Uhr **FIT** mit Monika
Turnen für alle ab 60, die aktiv und beweglich bleiben wollen. Kursbeitrag für TUS-Mitglieder € 15,- /8 Einheiten - es ist keine Anmeldung erforderlich. Mit Physiotherapeutin Monika Lercher.

Details zur Anmeldung erfolgen kurz vor Kursstart wieder über die Gemeinde-App und weitere Medien.

Auf zahlreiche Teilnahmen freut sich die Turn- und Sportunion Schöder
Sektion Turnen