

*Diese Kurse sind für alle Teilnehmer kostenpflichtig! Bei näheren Informationen wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30-09:30 Walking am Morgen, S2				* 08:45-09:45 Wirbelsäulengymnastik, S2
09:00-10:00 Fit & More, S2	09:00-10:00 Oldie Yoga, S2G	09:30-10:30 Turnzwerge (ab 1J.), S2	09:30-10:30 Turnzwerge (ab 1 J.), S2	
10:00-10:30 Morgengymnastik, OeFit 10:15-11:15 Gymnastik D/H 60+, S2	10:00-12:00 Parkinson Tischtennis, S2/S2G	10:00-10:30 Morgengymnastik, OeFit * 10:00-11:00 Spinning Low, F		10:00-10:30 Morgengymnastik, OeFit 10:00-12:00 Parkinson Tischtennis, S2G
14:00-15:00 5 Esslinger, Schulhof				
15:00-16:00 Leichtathletik (Kl. 1&2), TuF	15:30-16:30 Geräteturnen (Kl. 3&4), TuF	15:00-16:00 Vorschulturnen (ab 4J.), S1 15:00 - 16:00 Geräteturnen (1&2 Kl.), TuF	15:00-16:00 Maxi Kids (1&2 Kl.), TuF	* 15:00-15:45 Gorillas Kurs 1 (4-6J.), TuF 15:00 - 16:00 Rope Skipping, S2
16:00-17:00 Leichtathletik (Kl. 3&4), TuF 16:00-17:00 Stuhlgymnastik, TuFG 16:00-17:00 El-Ki-Turnen (ab 2J.), S2	* 16:00-17:00 Kinderdisco Kurs 1 (4-6 J.), S2G 16:30-17:30 Geräteturnen (ab Kl. 5), TuF	16:00-17:00 Ballschule(4-6 J.), TuF 16:00-17:00 El-Ki-Turnen (ab 2J.), S1	16:00-17:00 Maxi Kids (3&4 Kl.), TuF 16:15-17:00 Mini Kids (3-4J.), S2	* 16:00-17:00 Gorillas Kurs 2 (6-10J.), TuF
17:45-18:45 Fitness Flexibility, TuF			17:45-18:45 Surprise, S2G	
18:30-19:30 * Spinning, F	* 18:00-19:00 Pilates, TuFG 18:30-20:00 Power Fitness, S2G		* 18:45-19:45 Pump & More, S2	
19:00-20:00 Fitness für Frauen, TuF 19:00-20:00 Young Power & fun, (ab 18), S2G * 19:00-20:00 Hatha Yoga Anfänger, TuFG	19:00-20:00 Ganzkörper INTENSIV, OeFit/OeArena * 19:30-20:30 Spinning HIIT, F	19:00-20:00 Ganzkörper-Fitness, TuF	* 19:00-20:00 Spinning, F	19:00-20:00 Stretching, S2G
20:00-21:00 * Yinlates, TuF 20:15-21:15 * Moving Men, S2G	* 20:00-21:00 Functional Power Indoor, TuF		* 20:00-21:00 Functional Power Outdoor, Dächle * 20:00-21:00 Hatha Yoga Fortgeschritten, TuFG	Sonntag * 10:00-11:00 Spinning, F