

# KURSPROGRAMM

## Herbst 2024



[www.vitactiv.at](http://www.vitactiv.at)

*Programmänderungen und Druckfehler vorbehalten!*

### Freitag, 13. September

08:15	09:30	Pilates Workout Sie & Er	Barbara Trischitz	13 x 80/88	Gemeinde
-------	-------	--------------------------	-------------------	------------	----------

### Montag, 16. September

07:30	08:30	Gesundheitstraining Sie & Er	Anna Rausch	12 x 65/71	VS-TH
08:00	09:15	Pilates - Guter Start in den Morgen	Heidi Hiebl-Rausch	13 x 80/88	Gemeinde
08:30	09:45	Starker Rücken Sie & Er	Anna Rausch	13 x 80/88	VS-TH
10:00	10:50	Gesundheitsgymnastik - 65 bis fitte 90	Anna Rausch	12 x 50/56	Gemeinde
16:00	17:15	Gesundheitspilates	Heidi Hiebl-Rausch	13 x 80/88	KiGa
17:30	18:45	Pilates Sie & Ihn	Heidi Hiebl-Rausch	13 x 80/88	KiGa
17:30	19:00	Yoga I (Vertretung für Ilse Moser)	Anna Rausch	13 x 84/90	Gemeinde
19:30	21:00	Yoga II	Ilse Moser	13 x 84/90	Gemeinde

### Dienstag, 17. September

17:30	18:45	Pilates Workout für Sie & Er	Gerlinde Braunbart	13 x 80/88	KiGa
17:50	19:20	Yoga III (Vertretung für Ilse Moser)	Anna Rausch	13 x 84/90	Gemeinde
19:00	20:15	Pilates - Männer	Gerlinde Braunbart	13 x 80/88	KiGa
19:30	20:30	HY & HIT	Conny Permetinger	13 x 74/80	Gemeinde/VS

### Mittwoch, 18. September

08:15	09:30	Pilates Workout Sie & Er <i>Neu!</i>	Barbara Trischitz	13 x 80/88	Gemeinde
18:15	19:15	Body Balance	Conny Permetinger	13 x 74/80	Gemeinde
18:30	19:20	Wellnessgymnastik	Andrea Junger	12 x 50/56	VS-TH
19:30	20:30	POUND - ROCKOUT WORKOUT	Gerlinde & Conny	1 x 8,-/UE	Gemeinde

### Donnerstag, 19. September

08:00	09:15	Sanftes Pilates I <i>Neu!</i>	Brigitte Buchstätter	13 x 80/88	Gemeinde
09:30	10:45	Sanftes Pilates II <i>Neu!</i>	Brigitte Buchstätter	13 x 80/88	Gemeinde
19:30	20:45	Fit & Fun Workout	Ilse Moser	13 x 74/80	VS-TH

### Freitag, 20. September

09:45	11:15	Yoga mit Anna	Anna Rausch	13 x 84/90	Gemeinde
-------	-------	---------------	-------------	------------	----------

### Dienstag, 24. September

08:00	09:15	Guten Morgen Pilates Sie & Er <i>Neu!</i>	Gabi Mayer	13 x 80/88	Gemeinde
09:35	10:25	Sanfte VitActiv Stunde	Gabi Mayer	12 x 50/56	Gemeinde

### Montag, 7. Oktober

15:30	16:30	UGOTCHI - Kindergarten Kids	Monika & Alex	10 x 45/25	VS-TH
16:30	17:45	UGOTCHI - Kids 6-10 Jahre	Monika & Alex	10 x 45/25	VS-TH

*the.jungers@cablelink.at 0664/2003746 Johanna JUNGER*