



Vereinsprogramm

Frühjahrs-/ Sommersemester

Feb.-Jul. '26

| KINDER | | |
|--|---|--|
| Eltern-Kind-Turnen Spiel- & erlebnisorientiertes Kleinkind-Turnen mit Bewegungslandschaften (mit Erwachsenen-Begleitung) | Zwerge 2-3 Jahre Frösche 3,5-5 Jahre | Mo., 15.00-16.00h Mo., 16.15-17.30h Turnhalle Ebersdorf |
| Erlebnisturnen Kleine Spiele & Turnen an Großgerätestationen | Minis 4-6 Jahre Midis 6-8 Jahre Maxis 9-11 Jahre | Do., 16.00-17.00h Do., 17.05-18.05h Do., 18.15-19.15h Turnhalle Bad Waltersdorf |
| Fundance Tanz- & Bewegungsspiele, Choreografien zu modernen Hits Hip Hop, Contemporary & Style Mix | Minis 5-8 Jahre Juniors 9-11 Jahre Teenies 12-16 Jahre | Do., 16.00-17.00h Do., 17.15-18.15h Turnhalle Ebersdorf Fr., 18.00-19.00h PGH Bad Waltersdorf |
| ERWACHSENE | | |
| Jackpot Fit Gesundheitsprogramm mit Schwerpunkt Ausdauer & Kraft | Frauen & Männer | Mo., 19.00-20.30h Mi., 18.45-20.15h Turnhalle Bad Waltersdorf Do., 8.00-9.30h PGH Bad Waltersdorf |
| Rücken bewegt Ganzheitliches Rückentraining Mobilisations- & Coreprogramm | Frauen & Männer | Di., 18.15-19.15h Mi., 7.45-8.45h PGH Bad Waltersdorf |
| Yoga Körper-Geist-Training für die innere Balance & mehr Beweglichkeit | Frauen & Männer | Di., 18.00-19.30h Am Berner Bad Waltersdorf |
| Dance Fit Tanzen, Schwitzen, gute Vibes! | Frauen & Männer | Mi., 18.30-19.30h PGH Bad Waltersdorf |

Mitglieds-/Semesterbeitrag: 75€ Kinder/ 100€ Erwachsene

Information & Anmeldung:

www.tvsafental.at

Obfrau: Gabi Ruthofer: 0664-1431768

organisation@tvsafental.at