

Mein Sommersportprogramm 2024

Gymnastik von Montag, 1. Juli bis Sonntag, 25. August 2024

Fitness, Aqua und Online von Montag, 1. Juli bis Sonntag, 8. September 2024

PERNERSTORFERGASSE 43 - UG

Montag		
17:00 Uhr	Fatburning	Carmela
18:00 Uhr	Body-Toning XL (75 Min.)	Carmela
Dienstag		
17:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Monika
18:00 Uhr	Bauch-Bein-Po	Monika
19:00 Uhr	Yang Yoga (75 Min.)	Maria
Mittwoch		
18:00 Uhr	Summer Step im OG!	Sabine
19:00 Uhr	Body Workout im OG!	Sabine
Donnerstag		
17:00 Uhr	Zumba	Soheil
18:00 Uhr	Pilates XL (75 Min.)	Gaby
Samstag		
17:00 Uhr	Musikgymnastik XL (75 Min.)	Carmela
Sonntag		
09:30 Uhr	Gym-Mix (75 Min.)	Waltraud
17:00 Uhr	Zumba	Soheil

OUTDOOR - Helmut-Zilk-Park



Montag		
17:00 Uhr	Eltern-Kind Yoga (10.6. - 26.8)	Monika
18:00 Uhr	Hatha Yoga (10.6. - 26.8)	Monika
Dienstag		
18:00 Uhr	Zumba (11.6.-.27.8)	Martina
19:00 Uhr	Gesunder Rücken (11.6.-.27.8)	Martina
Donnerstag		
18:00 Uhr	Zumba (13.6. - 05.09)	Martina
19:00 Uhr	Yoga (13.6. - 05.09)	Martina

ONLINE

Montag		
17:30 Uhr	Sesselgymnastik	Natascha
18:30 Uhr	Pilates	Natascha
Dienstag		
17:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Natascha
18:30 Uhr	Bauch-Bein-Po	Natascha
19:30 Uhr	Zumba	Soheil
Mittwoch		
08:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Martina
17:00 Uhr	Zumba Toning	Soheil
Donnerstag		
17:30 Uhr	Pilates	Natascha
18:30 Uhr	Body Toning	Natascha
Samstag		
08:00 Uhr	Yoga	Martina
09:00 Uhr	Zumba	Martina
19:00 Uhr	Zumba	Soheil
Sonntag		
17:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	abwechselnd*

*Natascha und Madeleine werden diese Einheit leiten

Volleyball

für nähere Infos zum Training im Sommer
bitte direkt unseren Spartenleiter Raimund
Zimmer per Mail kontaktieren:

volleyball@sportunionfavoriten.at



FITNESS

Montag

08:00 - 12:00 Fitness Angelika

16:00 - 20:00 Fitness Karola

Dienstag

08:00 - 12:00 Fitness Octavio

Mittwoch

08:00 - 12:00 Fitness Octavio

Donnerstag

08:00 - 12:00 Fitness Angelika

16:00 - 20:00 Fitness Anna

Freitag

08:00 - 12:00 Fitness Karola

Samstag

08:00 - 12:00 Fitness Martin

AQUA

Donnerstag

07:30 Uhr Aqua Gymnastik Susi

08:30 Uhr Aqua Gymnastik Susi

Fitness: Alfred-Adler-Straße 11/GL06
Aqua: Vally-Weigl-Gasse 2, Schwimmbad



Sommerkarte

Um nur 42 Euro kann unser gesamtes Sommerprogramm besucht werden!

Ideal um all unsere Tarifklassen auszuprobieren!

Erreichbarkeit

Das Büro ist in den Sommerferien nur unregelmäßig besetzt.

Telefonisch sind wir weiterhin Mo. – Fr. von 9:00 bis 19:00 Uhr erreichbar!
01 6037873

Weitere Infos zu unserem Verein findest du auf unserer Homepage unter www.sportunionfavoriten.at oder schreib uns einfach ein Mail an office@sportunionfavoriten.at

Treueaktion

Spare dir die Preiserhöhung des kommenden Semesters und zahle den Mitgliedsbeitrag für das Wintersemester 2024 bis spätestens 30. Juni 2024.

Auch als **Newcomer** kannst du diese Aktion nutzen! Melde dich jetzt an und zahle direkt den Beitrag für das Semester! Oder probiere unser Programm für zwei Monate, für nur 42€, aus!

