

Mein Sommersportprogramm 2025

Gymnastik von Montag, 30. Juni bis Sonntag, 24. August 2025

Fitness, Volleyball und Online von Montag, 30. Juni bis Sonntag, 31. August 2025

QUELLENSTRASSE 56

Montag		
17:00 Uhr	Fatburning	Carmela
18:00 Uhr	Body Toning	Carmela
Dienstag		
17:00 Uhr	Body Toning XL (75 Min.)	Birgit
18:30 Uhr	Yoga 'All Levels' (90 Min.)	Maria
Mittwoch		
18:30 Uhr	Pilates XL (75 Min.)	Gaby
Donnerstag		
17:00 Uhr	Musikgymnastik	Monika
18:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Monika
Freitag		
18:00 Uhr	Yin Yoga (90 Min.)	Maria
Samstag		
16:30 Uhr	Musikgymnastik XL (75 Min.)	Carmela
Sonntag		
09:30 Uhr	Gym-Mix (75 Min.)	Waltraud

Sommerkarte

Um nur 45 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** oder schreib uns einfach ein Mail an **office@sportunionfavoriten.at**

Weitere Infos zu unserem Verein findest du auf unserer Homepage unter **www.sportunionfavoriten.at**



OUTDOOR - Helmut-Zilk-Park

Dienstag		
18:00 Uhr	Tabata (17.6. - 2.9.)	Veronika
19:00 Uhr	Power Wirbelsäule (17.6. - 2.9.)	Veronika
Mittwoch		
17:00 Uhr	Familien Yoga (11.6. - 27.8.)	Monika
18:00 Uhr	Yoga und Entspannung (11.6.-27.8)	Monika
Donnerstag		
18:00 Uhr	Zumba (12.6. - 04.09)	Martina
19:00 Uhr	Gesunder Rücken (12.6. - 04.09)	Martina



Volleyball - Pernerstorfergasse 43 OG

Montag

17:00 Uhr	U20w	Jakob
20:00 Uhr	Herren 1	Diego

Dienstag

17:00 Uhr	Trainingsgruppe	Shirley
-----------	-----------------	---------

Mittwoch

17:00 Uhr	U20w	Jakob
20:00 Uhr	Herren 1	Diego

Donnerstag

17:00 Uhr	Trainingsgruppe	Shirley
-----------	-----------------	---------

Freitag

17:00 Uhr	Trainingsgruppe	Shirley
-----------	-----------------	---------

FITNESS & AQUA

Montag

08:00 - 12:00	Fitness	Angelika
16:00 - 20:00	Fitness	wechselnd

Dienstag

07:30 - 08:15	Aqua (nur im Juli!)	Susi
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	Octavio

Freitag

08:00 - 12:00	Fitness	wechselnd
---------------	---------	-----------

Samstag

08:00 - 12:00	Fitness	Martin
---------------	---------	--------

Sonntag

08:00 - 12:00	Fitness	wechselnd
---------------	---------	-----------

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



Volleyball - Pernerstorfergasse 43 UG

Montag

18:00 Uhr	Herren 2	Yuuki/Andi
-----------	----------	------------

Dienstag

18:00 Uhr	Trainingsgruppe	Raimund
-----------	-----------------	---------

Mittwoch

18:00 Uhr	Herren 2	Yuuki/Andi
-----------	----------	------------

Freitag

17:00 Uhr	Trainingsgruppe	Shirley/Raimund
-----------	-----------------	-----------------

Termine U16

10:00 Uhr	U16w/U18w	Alexander
14., 16., 18., 21., 22., 24., 25., 28., 29., 31. Juli		
01., 04., 05., 06., 07., 08., 11., 12., 14., 15. August		
14:00 Uhr	U16w/U18w	Alexander
25., 26., 28., 29. August		



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

Mittwoch

08:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Martina
-----------	-----------------------	---------

Donnerstag

17:30 Uhr	Pilates	Natascha
18:30 Uhr	Body Toning	Natascha

Samstag

08:00 Uhr	Yoga	Martina
09:00 Uhr	Zumba	Martina



Mit einem Scan direkt zum
Online Stundenplan auf unserer
Homepage!