

# SPORTUNION-Kursprogramm 2022/23

Kinderkurse

Kurse für Erwachsene und Jugendliche



| Tag, Uhrzeit          | Kurs                                                          | Trainer*innen   | Intensität |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------|------------|
| MO, 15:00 – 16:00 Uhr | Zwergenturnen<br>3- bis 5-Jährige                             | Kathrin Zöllner | niedrig    |
| MO, 16:00 – 17:00 Uhr | Eltern-Zwergenturnen<br>2- bis 3-Jährige                      | Kathrin Zöllner | niedrig    |
| MO, 19:00 – 19:30 Uhr | HIIT - Hochintensives<br>Intervalltraining (in VS Asperhofen) | Evelyne Führer  | hoch       |
| MO, 19:30 – 20:30 Uhr | Power Hour (in VS Asperhofen)                                 | Evelyne Führer  | mittel     |
| DI, 18:30 – 19:30 Uhr | Power Bodywork                                                | Catrin Haas     | hoch       |
| DI, 19:30 – 20:30 Uhr | Gym-Mix                                                       | Catrin Haas     | mittel     |
| MI, 17:00 – 18:00 Uhr | Fit & Stretch                                                 | Margit Schraick | mittel     |
| MI, 18:00 – 19:00 Uhr | Pilates & Qi Gong                                             | Margit Schraick | niedrig    |
| DO, 19:00 – 20:00 Uhr | Functional Training                                           | Andreas Figl    | hoch       |

Alle Kurse (bis auf HIIT und Power Hour) finden in der **Volksschule Würmla** statt und werden **nur an Schultagen** abgehalten. An Feiertagen und in den Ferien findet kein Training statt. Entfallene Termine werden nicht nachgeholt.

| Mitgliedsbeiträge<br>2022/23                           | Jahresbeitrag                                                 | Semesterbeitrag                                             | „Sportbonus“-Aktion des<br>Sportministeriums für<br>Neu-Mitglieder bei<br>Einzahlung bis 15.09.2022 |
|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kinder (bis 14 Jahre)                                  | € 60,-<br>(für weitere Kinder<br>einer Familie: € 50,-)       | € 35,- (für weitere<br>Kinder einer<br>Familie: € 30,-)     | € 15,- statt € 60,-/Jahr                                                                            |
| Jugendliche /<br>Studierende /<br>Karenzbezieher*innen | € 95,-                                                        | € 55,-                                                      | € 23,75, statt € 95,-/Jahr                                                                          |
| Erwachsene                                             | € 140,- (für weitere<br>Erwachsene einer<br>Familie: € 130,-) | € 80,- (für weitere<br>Erwachsene einer<br>Familie: € 75,-) | € 50,- statt € 140,-/Jahr<br>€ 20,- statt € 80,-<br>/Semester                                       |

**Wir bitten um Einzahlung der Mitgliedsbeiträge bis spätestens 15.09.2022** auf das Konto der  
SPORTUNION Würmla: IBAN: AT24 5300 0040 5501 5347

**Neuanmeldung und Information:** sportunionwuermila@gmail.com, 0670/35 08 722