



YOGA – für die Gesundheit

WER: Alle Altersklassen **neu**
WANN: Mi von 17:30 – 19:00 Uhr
WO: 1050, Schule: Gassergasse 46/TS
START: 3. Oktober 2018

INFORMATION & ANMELDUNG

WAT Margareten

1050 Wien, Kohlgasse 27
 Telefon: Elisabeth Prager 0699/192 33 617
wat5@gmx.at - oder direkt am Kursort
 ZVR-Zahl: 741350232

ASKÖ WAT Landesdachverband Wien

1030 Wien, MQM 3.2 Maria-Jakobi-Gasse 1
 Telefon: 01/22 600 17
 ZVR-Zahl: 660284207 - www.wat.at
gesundheitsport@askoewat.wien

MITGLIEDSBEITRÄGE:

Kinder + Jugend: Sem. € 38,00 - Jahr € 66,00
 Dance 4 Kids: Sem. € 48,00 - Jahr € 86,00
 „Turn 10“: Sem. € 48,00 - Jahr € 86,00
 Erwachsene: Sem. € 55,00 - Jahr € 96,00
 Mit einem Aufschlag von € 55,00 können mehrere Angebote genützt werden.
 Wirbelsäule: Sem. € 65,00 - Jahr € 120,00
 Zumba: Sem. € 70,00 - Jahr € 130,00
 Yoga: Sem. € 75,00

Übungsbeginn: ab 3. September 2018

Unsere Sportangebote finden ausschließlich zu Schulzeiten statt.

Im Verein – wo Sport am schönsten ist.
 Regelmäßige sportliche Aktivität bringt auch den gewünschten Trainingseffekt. Training im Sportverein heißt nicht nur Fitness und Spaß, sondern mit Freunden trainieren.



BAUCH – BEIN – PO

WER: Jugend + Erwachsene
WANN: Do von 17:15 - 18:45 Uhr
WO: 1050, Schule: Diehlgasse 2/TS
START: 13. September 2018
 (Parallelangebot zum Kinderturnen)



MUSIK – GYMNASTIK

WER: Frauen
WANN: Di von 17:15 - 18:30 Uhr
WO: 1050, Schule: Diehlgasse 2/TS
START: 04. September 2018

WANN: **Mi von 10:00 - 11:00 Uhr** **neu**
WO: 1050, Grünwaldgasse 4 – 5er Haus
START: 12. September 2018

WANN: Mi von 17:30 - 19:00 Uhr
WO: 1050, Schule: Am Hundsturm 18 /TS 2
START: 05. September 2018



ER & SIE – BALLSPORT

WER: Jugend + Erwachsene
WANN: Di von 18:00 - 20:30 Uhr
 Do von 18:00 - 20:30 Uhr
WO: 1050, Schule: Gassergasse 46/TS
START: 04. September 2018



ER & SIE – FIT-GYMNASTIK

Schwerpunkt: Wirbelsäule

Gemeinsam macht es doppelt Spaß!

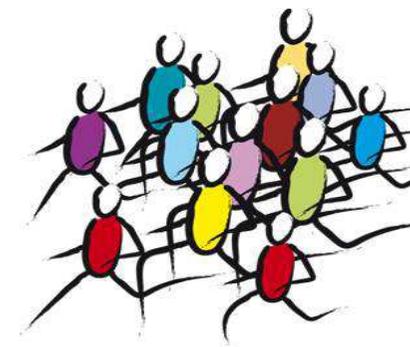
WER: Jugend + Erwachsene
WANN: Mo von 19:15- 20:30 Uhr
WO: 1050, Schule: Am Hundsturm 18/TS
START: 03. September 2018



ASKÖ

Sportprogramm

2018 - 2019



www.wat5.at

wat5@gmx.at

Du findest uns auf





SPORT-SPIEL-SPASS KINDERTURNEN

WER: Kinder – 5 - 10 Jahre
WANN: Do von 17:00 - 19:00 Uhr
WO: 1050, Schule: Einsiedlergasse 7/TS
START: 06. September 2018



DANCE 4 KIDS

WER: Kinder -- 4 - 10 Jahre
WANN: Mi von 17:45 - 18:45 Uhr
WO: 1050, Schule: Stolberggasse 53/TS
START: 12. September 2018



KINDERTURNEN HOPSI - HOPPER

WER: VolksschülerInnen
WANN: Di von 16:30 - 18:00 Uhr
WO: 1050, Schule: Stolberggasse 53/TS
START: 11. September 2018



GERÄTETURNEN

WER: Jugend ab 9 Jahren
WANN: Mo von 17:45 - 19:00 Uhr
WO: 1050, Schule: Am Hundsturm 18 /TS 2
START: 10. September 2018



„TURN 10“[®] – TRAINING

WER: Kinder und Jugend
WANN: Di von 18:30 - 20:00 Uhr
WO: 1050, Schule: Diehlgasse 2/TS
START: 11. September 2018

neu

Alle unsere SportlerInnen werden von staatlich geprüften LehrwartInnen betreut!



LINE – DANCE

5^{er}
STOMPERS

WER: Jugend + Erwachsene
WANN: Do von 19:00 - 20:30 Uhr
WO: 1050, Schule: Einsiedlerg. 7/TS/1.Stock
START: 06. September 2018
Bitte Hallenschuhe mitnehmen



„POWER“ – GYMNASTIK mit Musikbegleitung

WER: Frauen
WANN: Mi von 19:00 - 20:30 Uhr
WO: 1050, Schule: Am Hundsturm 18/TS 2
START: 05. September 2018



ZUMBA[®] Tanz – Fitness – Party

WER: Alle Altersklassen
WANN: Mo von 18:00 - 19:00 Uhr
WO: 1050, Schule:
Gassergasse 46/TS
START: 10. September 2018



neu



„BEWEGUNG im FREIEN“

WER: Alle Altersklassen
WANN: Do von 9:30 - 10:30 Uhr
WO: Treffpunkt: U1 Oberlaa
Ausgang: Therme
START: 13. September 2018

Unser Training findet immer nur zu Schulzeiten statt!



ELTERN & KIND TURNEN

WER: Mütter & Väter & Kinder (3-5 J)
KURSBETRAG: 20 Kurseinheiten
€ 100,00 (1 Erw. u. 1 Kind) € 38,00 (2. Kind)
WANN: Di von 16:00 - 17:00 Uhr
WO: 1050, Schule: Diehlgasse 2/TS
START: 02. Oktober 2018

Schnuppertag:
18. September 2018
gratis



GESUND & FIT Wirbelsäulengymnastik

WER: Erwachsene
WANN: Do von 19:15 - 20:30 Uhr
WO: 1050, Schule:
Diehlgasse 2/TS
START: 06. September 2018



GESUND & FIT Senioren – Er & Sie

WER: SeniorInnen + EinsteigerInnen
WANN: Mo von 17:00 - 18:30 Uhr
WO: 1050, Schule:
Diehlgasse 2/TS
START: 10. September 2018



Schaut einfach vorbei und macht mit!

Schnupperstunde gratis!

Einstieg jederzeit möglich!