



## YOGA – für die Gesundheit

**WER:** Alle Altersklassen **neu**  
**WANN:** Mi von 17:30 – 19:00 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Gassergasse 46/TS  
**START:** 2. Oktober 2019

### INFORMATION & ANMELDUNG

#### WAT Margareten

1050 Wien, Kohlgasse 27  
 Telefon: Elisabeth Prager 0699/192 33 617  
[wat5@gmx.at](mailto: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](http://www.wat.at)  
[gesundheitsport@askoewat.wien](mailto: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 genutzt werden.  
 Gesunder Rücken: Sem. € 65,00 - Jahr € 120,00  
 Zumba: Sem. € 70,00 - Jahr € 130,00  
 Yoga: Sem. € 75,00

### Übungsbeginn: ab 2. September 2019

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: Diehgasse 2/TS  
**START:** 12. September 2019  
 (Parallelangebot zum Kinderturnen)



## MUSIK – GYMNASTIK

**WER:** Frauen **neu**  
**WANN:** Di von 17:15 - 18:30 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Diehgasse 2/TS  
**START:** 03. September 2019

**WANN: Mi von 10:00 - 11:00 Uhr**  
**WO:** 1050, Grünwaldgasse 4 – 5er Haus  
**START:** 04. September 2019

**WANN:** Mi von 17:30 - 19:00 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Am Hundsturm 18 /TS 2  
**START:** 04. September 2019



## 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:** 03. September 2019



## ER & SIE – FIT-GYMNASTIK

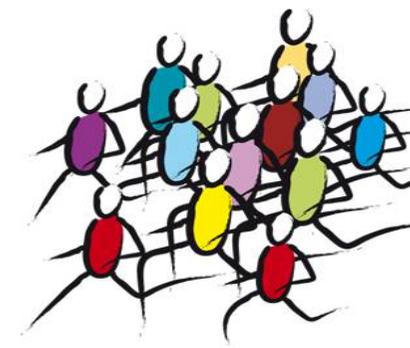
**Schwerpunkt: Wirbelsäule**

Gemeinsam macht es doppelt Spaß!

**WER:** Jugend + Erwachsene  
**WANN:** Mo von 19:15- 20:30 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Am Hundsturm 18/TS  
**START:** 02. September 2019



## Sportprogramm 2019 - 2020



[www.wat5.at](http://www.wat5.at)

[wat5@gmx.at](mailto: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:** 05. September 2019



## DANCE 4 KIDS

**WER:** Kinder -- 4 - 10 Jahre  
**WANN:** Mi von 16:30 - 17:30 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Stolberggasse 53/TS  
**START:** 11. September 2019



## KINDERTURNEN HOPSI - HOPPER

**WER:** VolksschülerInnen  
**WANN:** Di von 16:30 - 18:00 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Stolberggasse 53/TS  
**START:** 10. September 2019



## GERÄTETURNEN

**WER:** Jugend ab 9 Jahren  
**WANN:** Mo von 17:45 - 19:00 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Am Hundsturm 18 /TS 2  
**START:** 9. September 2019



## „TURN 10“<sup>®</sup> – TRAINING

**WER:** Kinder und Jugend  
**WANN:** Di von 18:30 - 20:00 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Diehlgasse 2/TS  
**START:** 10. September 2019

neu



## LINE – DANCE

5<sup>er</sup>  
STOMPERS

**WER:** Jugend + Erwachsene  
**WANN:** Do von 19:00 - 20:30 Uhr  
**WO:** 1050, Schule: Einsiedlerg. 7/TS/1.Stock  
**START:** 05. September 2019  
**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:** 04. September 2019



## ZUMBA<sup>®</sup> Tanz – Fitness – Party

**WER:** Alle Altersklassen  
**WANN:** Mo von 18:00 - 19:00 Uhr  
**WO:** 1050, Schule:  
Gassergasse 46/TS  
**START:** 9. September 2019



neu



## „BEWEGUNG im FREIEN“

**WER:** Alle Altersklassen  
**WANN:** Do von 10:00 - 11:00 Uhr  
**WO:** Treffpunkt: Stefan Fadinger Platz  
Endstation Linie 1  
**START:** 12. September 2019

Unser Training findet immer nur zu  
Schulzeiten statt!



## ELTERN & KIND TURNEN

**WER:** Mütter & Väter & Kinder (3-5 J)  
**KURSBEITRAG:** 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:** 15. Oktober 2019

**Schnuppertag:**  
**10 + 24. 9. 2019**  
**gratis**



## GESUND & FIT „GESUNDER RÜCKEN“

**WER:** Erwachsene  
**WANN:** Do von 19:15 - 20:30 Uhr  
**WO:** 1050, Schule:  
Diehlgasse 2/TS  
**START:** 05. September 2019



## GESUND & FIT „SENIOREN“

**WER:** SeniorInnen + EinsteigerInnen  
**WANN:** Mo von 17:00 - 18:30 Uhr  
**WO:** 1050, Schule:  
Diehlgasse 2/TS  
**START:** 9. September 2019



Schaut einfach vorbei und macht mit!

**Schnupperstunde gratis!**  
Einstieg jederzeit möglich!

Alle unsere SportlerInnen werden von  
staatlich geprüften LehrwartInnen betreut!