



## YOGA – für die Gesundheit

**WER:** Alle Altersklassen

**WANN:** Mi von 17:30 – 19:00 Uhr

**WO:** 1050, Schule: Gassergasse 46/TS

**START:** 07. Oktober 2020

### 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

„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.

Gesunder Rücken: Sem. € 65,00 - Jahr € 120,00

Yoga: Sem. € 80,00

#### Übungsbeginn: ab 7. September 2020

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:** 10. September 2020

(Parallelangebot zum Kinderturnen)



## MUSIK – GYMNASTIK

**WER:** Frauen

**WANN:** Di von 17:15 - 18:30 Uhr

**WO:** 1050, Schule: Diehlgasse 2/TS

**START:** 08. September 2020

**WANN:** Mi von 10:00 - 11:00 Uhr

**WO:** 1050, Grünwaldgasse 4 – 5er Haus

**START:** 09. September 2020

**WANN:** Mi von 17:30 - 19:00 Uhr

**WO:** 1050, Schule: Am Hundsturm 18 /TS 2

**START:** 09. September 2020



## 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:** 08. September 2020



## 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

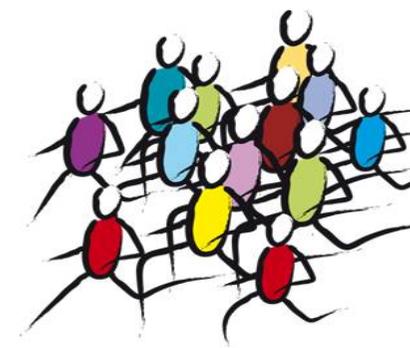
**START:** 07. September 2020



ASKÖ

Sportprogramm

2020 - 2021



[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:** 10. September 2020



## KINDERTURNEN HOPSI - HOPPER



**WER:** VolksschülerInnen

**WANN:** Di von 16:30 - 18:00 Uhr

**WO:** 1050, Schule: Stolberggasse 53/TS

**START:** 15. September 2020



## GERÄTETURNEN

**WER:** Jugend ab 9 Jahren

**WANN:** Mo von 17:45 - 19:00 Uhr

**WO:** 1050, Schule: Am Hundsturm 18 /TS 2

**START:** 14. September 2020



## „TURN 10“<sup>®</sup> – TRAINING

**WER:** Kinder und Jugend

**WANN:** Di von 18:30 - 20:00 Uhr

**WO:** 1050, Schule: Diehgasse 2/TS

**START:** 08. September 2020

**Alle unsere SportlerInnen werden von  
Staatlich geprüften LehrwartInnen betreut!**

**Schaut einfach vorbei und macht mit!**

**Schnupperstunde gratis!**



## 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:** 10. September 2020

**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:** 09. September 2020



## „BEWEGUNG im FREIEN“

**WER:** Alle Altersklassen

**WANN:** Do von 10:00 - 11:00 Uhr

**WO:** Treffpunkt: Stefan Fadinger Platz  
Endstation Linie 1

**START:** 10. September 2020

**Unser Training findet immer nur zu  
Schulzeiten statt!**

**Einstieg jederzeit möglich!**



## 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: Diehgasse 2/TS

**START:** 13. Oktober 2020

**Schnuppertag:  
29.9.2020**



## GESUND & FIT „GESUNDER RÜCKEN“

**WER:** Erwachsene

**WANN:** Do von 19:15 - 20:30 Uhr

**WO:** 1050, Schule:  
Diehgasse 2/TS

**START:** 10. September 2020



## GESUND & FIT „SENIOREN“

**WER:** SeniorInnen + EinsteigerInnen

**WANN:** Mo von 17:00 - 18:30 Uhr

**WO:** 1050, Schule:  
Diehgasse 2/TS

**START:** 07. September 2020

