

## KINDERTURNEINHEITEN

- FREERUNNING-PARKOUR (ab 14 Jahren)**  
 Donnerstag 18:00 - 19:30 (Nils) BG Breyerstr.
- GERÄTETURNEN spez. & AIRTRACK (ab 8 Jahren)**  
 Freitag 17:30 - 19:30 (Clara) BG Breyerstr.
- KINDERTURNEN (6-10 Jahre)**  
 Donnerstag 17:00-18:00 (Lisa) BG Breyerstr.
- KLEINKINDERTURNEN (3-6 Jahre)**  
 Freitag 16:00-17:00 (Carmen/Christian) PTS Baden
- MÄDCHEN- / BURSCHEENTURNEN (6-14 Jahre)**  
 Montag 17:30-19:00 (Christa/Stephan) BG Breyerstr.
- MUTTER-VATER-KINDTURNEN**  
 Freitag 15:00-16:00 (Carmen/Christian) PTS Baden

## TRAINING VS EBREICHSDORF

- ERLEBNISTURNEN MIT GERÄTEN (4-6 Jahre)**  
 Mittwoch 15:30-16:20 (Susanne/ David) VS Ebreichsdorf
- KINDERTURNEN (6-10 Jahre)**  
 Mittwoch 16:30-18:00 (Susanne) VS Ebreichsdorf
- LEISTUNGSTURNEN AUFBAUGRUPPE\* (ab 6 Jahren) SPORT-PLUS PROGRAMM**  
 Montag 16:15-18:15 (Cornelia/ Pia) VS Ebreichsdorf

## SPORT-AKTIV PROGRAMM

- BEGINNERS WORKOUT**  
 Donnerstag 18:30-19:30 (Manu) BG Biondekg.  
 Freitag 09:00-10:00 (Marius) Verantst. Halle
- BEWEGUNGSMIX FÜR JUNGGEBLIEBENE**  
 Mittwoch 18:00-19:00 (Rudi) BG Fraueng.
- BODYWORK**  
 Donnerstag 18:30-19:30 (Christian) BG Biondekg.
- BODYWORK / RELAX**  
 Montag 08:30-10:00 (Peter) ab 16.09. Verantst. Halle
- BURN & TONE**  
 Montag 19:30-20:30 (Manu) BG Biondekg.
- DANCE-STEP AEROBIC**  
 Donnerstag 19:30-20:30 (Christian) BG Biondekg.
- FIT IM ALLTAG für Frauen & Männer**  
 Montag 18:30-19:30 (Rudi) BG Biondekg.
- HIIT & TONE**  
 Dienstag 19:00-20:30 (Doris) BG Breyerstr.
- NORDIC WALKING - FORTGESCHRITTENE**  
 Dienstag 08:30-10:00 (Doris) Rudolfshof

### Zusatzinformationen:

Vorbehaltlich etwaiger Änderungen der Stundeninhalte, der Trainingszeiten und der Übungsstätten. | Mindestteilnehmerzahl pro Trainingseinheit 5 Personen. | Die neuesten Informationen über unseren Verein finden Sie immer auf unserer Website. [www.baden.sportunion.at](http://www.baden.sportunion.at) | \* Aufnahme nur in Absprache mit dem Trainer bzw. der Trainerin!

## SPORT-PLUS PROGRAMM

- GRUNDLAGENTRAINING/CHOREO (ab 14 Jahren)**  
 Montag 19:00-20:30 (Elisabeth) NEU BG Breyerstr.  
 Gymnastiksaal UG
- LEISTUNGSTURNEN AUFBAUGRUPPE\* (ab 6 Jahren)**  
 Dienstag 17:00-19:00 (Elisabeth) BG Breyerstr.
- LEISTUNGSTURNEN\* (ab 8 Jahren)**  
 Mittwoch 17:30-19:30 (Gerold) BG Breyerstr.
- LEISTUNGSTURNEN OBERSTUFE / TEAMTURNEN\***  
 Donnerstag 19:30-21:00 (Elisabeth) BG Breyerstr.
- FASZIEN RELAX TRAINING**  
 Freitag 10:00-11:00 (Marius) Verantst. Halle
- FASZIEN YOGA**  
 Montag 18:00-19:00 (Hermann) NEU BG Breyerstr.  
 Gymnastiksaal UG
- FLEXIBILITY WORKOUT**  
 Donnerstag 19:30-20:30 (Manu) NEU BG Biondekg.
- FUNCTIONAL & MOBILITY FITNESS**  
 Montag 19:00-20:30 (Doris) NEU BG Breyerstr.
- FUNCTIONAL TRAINING**  
 Mittwoch 08:00-09:00 (Susanne) Verantst. Halle
- KORT. X - BEWEGTES GEHIRNTRAINING**  
 Mittwoch 09:00-10:00 (Susanne) NEU Verantst. Halle
- WIRBELSÄULENGYMNASTIK**  
 Montag 18:30-19:30 (Manu) BG Biondekg.  
 Dienstag 09:00-10:00 (Christian) Verantst. Halle  
 Freitag 08:00-09:00 (Marius) Verantst. Halle
- YOGA**  
 Mittwoch 19:00-20:15 (Hermann) BG Fraueng.