



KURSPROGRAMM 18. September 2023 – 07. Juni 2024

MONTAG	07:30	PILATES mit Faszientraining	Centrum	Waltraud ROFNER
	08:30		Weerberg	Tel. 0664 3996946
MONTAG	09:30	LINE-DANCE Fortgeschrittene	KAC-Clubraum Pölz Schwaz	Maria GÜRTLER
	19:00			Tel. 0660 5690192
MONTAG	17:45	SENIORENGYMNASTIK für Männer	Bewegungsraum VS Ost	Gabi EBNER Tel. 0680 3020242
DIENSTAG	08:00	PILATES	Turnsaal im Haus der Generationen	Evi GOSSNER
	09:00	WIRBELSÄULENGYMNASTIK		Tel. 0677 61136356
DIENSTAG	17:30	PILATES und RÜCKENGYMNASTIK	Turnsaal im Haus der Generationen	Walli POSSELT Tel. 0664 1323849
DIENSTAG	18:00	LINE-DANCE Anfänger	KAC-Clubraum Pölz Schwaz	Maria GÜRTLER Tel. 0660 5690192
DIENSTAG	18:30	„Treffpunkt TANZ“ Tanzen ab der Lebensmitte	Kindergarten Stans	Marialuise HUSSL Tel. 05242 62396
DIENSTAG	19:00	GANZKÖRPERTRAINING mit Musik	Bildungszentrum Pill	Astrid WITTROCK Tel. 0650 5141502
DIENSTAG	18:00	SENIORENGYMNASTIK	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER
	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule		Tel. 0677 61136356
MITTWOCH	19:00	PROBLEMZONEN-, RÜCKEN- und MOBILITÄTSTRaining	Volksschule Stans	Walli POSSELT Tel. 0664 1323849
MITTWOCH	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel: 0677 61136356
DONNERSTAG	08:00	PILATES	Turnsaal im Haus der Generationen	Evi GOSSNER
	09:00	RÜCKENGYMNASTIK für Senioren		Tel. 0677 61136356
DONNERSTAG	16:30	YOGA – mit dem Bewusstsein den Körper formen	Dorfraum EKIZ Schwaz	Andrea LECHNER Te: 0664 5435594
DONNERSTAG	17:30	LINE-DANCE	KAC-Clubraum Pölz Schwaz	Maria GÜRTLER Tel. 0660 5690192
DONNERSTAG	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
DONNERSTAG	20:00	PILATES	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel: 0677 61136356
FREITAG	19:00	MEDITATION 10 EH, 14tägig	KAC-Clubraum Pölz Schwaz	Mag. Sigrid Heinzl- Joachim Tel. 0664 5364987