



BEWEGUNGSPROGRAMM **KURSSAISON 2020/21**

PLAN **B** WIE BEWEGUNG! >>>

AB **2 NOV**
2020

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
16:15 - 17:15 Gesunder Rücken I / Erika Sascha's Artzone	16:00 - 17:00 Sesselgymnastik / Elisabeth Sascha's Artzone	15:45 - 16:45 Gesunder Rücken VI / Erika Sascha's Artzone	15:45 - 16:45 Lebe 55+ / Elisabeth Rupertisaal	16:00 - 17:00 Intervalltraining / Julia Sascha's Artzone
17:30 - 18:30 Gesunder Rücken II / Erika Sascha's Artzone	17:30 - 18:30 Pilates / Eva Sascha's Artzone	17:00 - 18:00 Gesunder Rücken V / Erika Sascha's Artzone	17:00 - 18:00 Gesunder Rücken VI / Elisabeth Rupertisaal	17:15 - 18:15 Power-Yoga / Julia Sascha's Artzone
18:45 - 19:45 Gesunder Rücken III / Julia Sascha's Artzone	18:45 - 19:45 Intensiv-Yoga I / Eva Sascha's Artzone	18:15 - 19:15 FunTone® Basic / Erika Sascha's Artzone	18:15 - 19:15 Langhantel / Elisabeth Rupertisaal	18:30 - 19:30 Stretch & Relax / Julia Sascha's Artzone
20:00 - 21:00 Intervalltraining / Julia Sascha's Artzone	20:00 - 21:00 Intensiv-Yoga II / Eva Sascha's Artzone	19:30 - 20:30 FunTone® Cardio / Erika Sascha's Artzone		



Unsere Kurse starten ab
2. November 2020
in passenden Räumlichkeiten!

Erfahre mehr unter:
www.union-traismauer.at/aktuelles

SPORTUNION Traismauer, Rittersfelder Straße 43, 3133 Traismauer
ZVR-Zahl: 707692930

E-Mail: union@union-traismauer.at

SPORT-UNION Traismauer • Website: traismauer.sportunion.at

Anfahrt: Kurse in Sascha's ARTZONE, Venusberger Straße 1, 3133 Traismauer
Kurse im Rupertisaal, Pfarramt Traismauer, Kirchenplatz 1, 3133 Traismauer

ACHTUNG: Beachte bitte die Kurzparkzone bis
18:00 Uhr - Parkuhr nicht vergessen!
Parkmöglichkeiten: Wiener Straße,
Hauptplatz, Venusbergerstraße
oder am Bahnhof (Gehzeit 3 Minuten).

