

08.10.2014



STRETCH+RELAX+MEDITATION.
ZUSÄTZLICHER KURS: FIT ÜBER 60.
JUGENDLICHE: SPEZIELL FÜR EUCH.

STRETCH+RELAX+MEDITATION.

Diesen **Sonntag, 12.10.2014, 18.00-19.30 Uhr**, findet zum ersten Mal diese besondere Entspannungs-Einheit mit Wolfgang TESCHNER statt. Eine Mischung aus Dehnungsübungen, Muskel- und Tiefenentspannung und Bewegungsmeditationen wird dir in diesem Kurs geboten.

Der Kurspreis beträgt 13,- (für Nicht-Mitglieder 16,-).

Wir ersuchen dich um rechtzeitige Voranmeldung (Tel.: 0676-88780355 oder per mail: office@cluba.at)

Gönn' dir Zeit für dich!

ZUSÄTZLICHER KURS: FIT ÜBER 60.

FIT ÜBER 60 findet ab sofort zwei mal pro Woche statt. Helga BUCEK leitet diesen zusätzlichen Kurs jeden **Montag, 10.00-10.55 Uhr**, im Phönix-Saal. Der Kurs „Musikgymnastik sanft“ (Dienstag, 18.20-19.15 Uhr) findet dafür nicht mehr statt.

JUGENDLICHE: SPEZIELL FÜR EUCH.

Endlich ist der Schul-Stundenplan fixiert. Die freien Zeiten werden sichtbar, die du vielleicht mit Musik, Spaß und Freunden verbringen möchtest. Bei uns hast die Möglichkeit, ein bisschen **Bewegung und Tanz** in dein Leben zu bringen.

DANCE+ACT (ab 12 J.), **Dienstag, 16.50-17.45 Uhr** mit Michi Illetschko.

SPORTS+FUN (ab 10 J.), **Mittwoch, 18.00-18.55 Uhr** mit Robin Ursprunger.

DANCING KIDS (ab 10 J.), **Mittwoch, 16.30-17.25 Uhr** mit Michi Illetschko.

FUSSBALL (ab 10 J.), **Donnerstag, 17.30-18.25 Uhr** mit Herbert Mauler.

HIP-HOP-FUSION (ab 13 J.), **Mittwoch, 17.30-18.25 Uhr** mit Michi Illetschko.

ZUMBA TEENS (ab 13 J.), **Freitag, 16.00-16.50 Uhr** mit Sophie Unger.

Suchst du noch mehr? ... Dann schau' [hier](#) nach!

Wenn du sonst noch Fragen hast: Ruf uns einfach an! **0676-88780355**.

WIR FREUEN UNS AUF DICH!