

## Sportunion Langenlebar - Riegenplan 2019/20

### VS Langenlebar

TAG	UHRZEIT	RIEGE	RIEGENFÜHRER/IN	
<b>Montag</b>	15.45-16.45	Geräteturnen (ab 6 J.)	Fr. Singer	0676/4735544
	16.45-17.45	Leistungsturnen (ab 7 J.)	Fr. Singer	0676/4735544
	17.45-19.15	Karate für Kinder (ab 8 J.)	Hr. Sischka	0676/82422390
	19.15-20.15	Ismakogie (ab 23.9.)	Fr. Schreiblehner	0664/6360573
	20.30-21.30	Badminton Damen	Fr. Breitwieser	0676/846333102
<b>Dienstag</b>	17.45-19.00	Volleyball Kinder (8-14 J.)	Hr. Resch	0664/80690520
	19.00-20.30	Jiu-Jitsu	Hr. Graser B.	0677/61636678
	20.30-22.00	Aikido	Hr. Bauer	0680/1302589
<b>Mittwoch</b>	16.30-17.15	Jiu-Jitsu für Kinder Anfänger	Hr. Graser B.	0677/61636678
	17.15-18.10	Jiu-Jitsu für Kinder (Fortgeschr. 1)	Hr. Graser B.	0677/61636678
	18.10-19.30	Jiu-Jitsu für Kinder (Fortgeschr. 2)	Hr. Graser B.	0677/61636678
	19.30-21.00	Kyokushin Karate (ab 13 J.)	Hr. Zanzinger	0650/7417846
<b>Donnerstag</b>	17.30-18.30	Bodywork	Fr. Langsteiner	0664/2244275
	18.30-20.00	Ninjutsu	Hr. Trauner	0650/5034597
<b>Freitag</b>	14.30-15.30	Eltern-Kind-Turnen (ab 1 J.)	Fr. Singer	0676/4735544
	15.30-16.30	Kinderturnen (ab 2,5 J.)	Fr. Singer	0676/4735544
	16.30-17.30	Leistungsturnen (ab 7 J.)	Fr. Singer	0676/4735544
	17.30-18.30	Karate für Kinder (ab 7 J.)	Hr. Zanzinger	0650/7417846
	18.30-20.00	Kyokushin Karate (ab 13 J.)	Hr. Zanzinger	0650/7417846
<b>Samstag</b>	10.00-11.30	Iai-Jutsu	Fr. Vollkron	0699/11672485
	13.00-14.30	Ninjutsu	Hr. Trauner	0650/5034597
<b>Sonntag</b>	09.15-11.00	Karate (Kampfttraining)	Hr. Sischka	0676/82422390
	11.00-12.30	Cross-Fit	Hr. Resch	0664/80690520
	13.00-14.30	Iai-Jutsu/Naginata-Jutsu	Fr. Vollkron	0699/11672485

### Vereinshaus "Alte Turnhalle" Langenlebar

<b>Dienstag</b>	09.00-10.00	Fitness4BestAgers	Fr. Mayer	0664/1679393
	17.00-18.00	Fit&G`sund mit 60+	Hr. Mayer	0664/4111630
	18.30-20.00	Linedance Fortgeschrittene (ab 27.8.)	Fr. Hofbauer	0650/9996585
	20.15-21.45	Linedance Anfänger (ab 27.8.)	Fr. Hofbauer	0650/9996585
<b>Donnerstag</b>	08.30-09.15	Qi Gong (ab 3.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	09.20-10.05	Pilates (ab 3.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	10.10-10:40	Faszien Fit (ab 3.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	18.00-21.00	Tischtennis	Hr. Neunteufel	0664/1859348
<b>Sonntag</b>	10.00-12.00	Tischtennis	Hr. Neunteufel	0664/1859348

### Sporthalle Tulln

<b>Montag</b>	19.30-21.30	Volleyball Hobby-Mixed (Fortgeschrittene)	Fr. Ho Thi	0699/10173733
<b>Dienstag</b>	19.30-21.00	Volleyball Damen (Meisterschaft)	Fr. Patek	0676/6155950

### BSZ Tulln

<b>Montag</b>	17.30-19.00	Volleyball Kinder (8-12)		
	17.30-19.00	Volleyball Jugend (12-18)		
<b>Dienstag</b>	17.30-19.00	Volleyball U18 (Meisterschaft)	Fr. Patek	0676/6155950
<b>Mittwoch</b>	19.00 -21.00	Badminton Mixed	Hr. Marhold	0664/2021193
	19.00-21.00	Volleyball Hobby-Mixed	Hr. Kvasnicka	0650/5558046
<b>Donnerstag</b>	19.00-20.30	Volleyball Mixed Training	Fr. Ho Thi	0699/10173733
<b>Freitag</b>	17.30-19.00	Volleyball U18 (Meisterschaft)	Fr. Patek	0676/6155950
	19.00-21.00	Volleyball Herren	Fr. Patek	0676/6155950

### Hallenbad Tulln

<b>Dienstag</b>	11.05-11.50	Qi Gong (ab 7.1.)	Fr. Schraick	0650/9112036
-----------------	-------------	-------------------	--------------	--------------

<b>Freitag</b>	16.00-16.45	Jiu-Jitsu für Kinder (ab 4 J.)	Hr. Graser B.	0677/61636678
	16.50-17.40	Jiu-Jitsu für Kinder (ab 7 J.)	Hr. Graser B.	0677/61636678
	19.30-21.30	Aikido	Hr. Bauer	0680/1302589

### **KG I Tulln**

<b>Montag</b>	18.15-19.00	Qi Gong (ab 30.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
---------------	-------------	--------------------	--------------	--------------

### **KG IV Lale**

<b>Dienstag</b>	18.00-18.45	Qi Gong (ab 1.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	18.50-19.35	Pilates (ab 1.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	19.40.20:25	Fit & Stretch (ab 1.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036

### **KG VIII Tulln**

<b>Donnerstag</b>	18.00-18.45	Fit & Stretch (ab 3.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	19.00-19.45	Tai Ji (ab 3.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036

### **Gesundes Tulln Raum 3**

<b>Dienstag</b>	11.05-11.50	Qi Gong (ab 1.10.) bis Dezember	Fr. Schraick	0650/9112036
-----------------	-------------	---------------------------------	--------------	--------------