

Sportunion Langenlebern - Riegenplan 2017/18

VS Langenlebern

TAG	UHRZEIT	RIEGE	RIEGENFÜHRER/IN	
Montag	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 24.9.)	Fr. Schreiblehner	0664/6360573
	20.30-21.30	Badminton Damen	Fr. Breitwieser	0676/846333102
Dienstag	17.45-19.00	Volleyball Kinder (8-12)	Hr. Resch	0664/80690520
	19.00-20.30	Jiu-Jitsu	Hr. Graser B.	0677/61636678
	20.30-22.00	Aikido	Hr. Bauer	0680/1302589
Mittwoch	17.00-17.40	Jiu-Jitsu für Kinder Anfänger	Hr. Graser B.	0677/61636678
	17.40-18.30	Jiu-Jitsu für Kinder (Fortgeschr. 1)	Hr. Graser B.	0677/61636678
	18.30-19.30	Jiu-Jitsu für Kinder (Fortgeschr. 2)	Hr. Graser B.	0677/61636678
	19.30-21.00	Kyokushin Karate	Hr. Zanzinger	0650/7417846
Donnerstag	17.30-18.30	Bodywork	Fr. Langsteiner	0664/2244275
	18.30-20.00	Ninjutsu	Hr. Trauner	0650/5034597
	20.30-21.30	Bodyweight Intervalltraining	Fr. Müller	0676/3208834
Freitag	14.45-15.30	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	Spiel-Spass-Sport (ab 6 J.)	Fr. Singer	0676/4735544
	17.30-18.30	Karate für Kinder (ab 8 J.)	Hr. Zanzinger	0650/7417846
	18.30-20.00	Kyokushin Karate	Hr. Zanzinger	0650/7417846
	20.00-21.00	smoveyALLROUND	Hr. Mayer	0664/4111630
Samstag	10.00-11.30	Iai-Jutsu	Fr. Vollkron	0699/11672485
	13.00-14.30	Ninjutsu	Hr. Trauner	0650/5034597
Sonntag	10.30-12.00	Cross-Fitness	Hr. Resch	0664/80690520
	13.00-14.30	Iai-Jutsu/Naginata-Jutsu	Fr. Vollkron	0699/11672485

Vereinshaus "Alte Turnhalle" Langenlebern

Dienstag	17.00-18.00	Fit&G` sund mit 60+	Hr. Mayer	0664/4111630
	18.30-20.00	Linedance Fortgeschrittene (ab 16.10.)	Fr. Hofbauer	0650/9996585
	20.15-21.45	Linedance Anfänger (ab 16.10.)	Fr. Hofbauer	0650/9996585
Mittwoch	18.00-22.00	Tischtennis	Hr. Neunteufel	0664/1859348
Donnerstag	08.30-09.15	Qi Gong (ab 27.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	09.20-10.05	Pilates (ab 27.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	10.10-10.35	Faszien Fit (ab 27.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	10.45-11.30	Fit & Stretch (ab 27.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
Sonntag	18.00-22.00	Tischtennis	Hr. Neunteufel	0664/1859348
	09.00-12.00	Tischtennis	Hr. Neunteufel	0664/1859348

Sporthalle Tulln

Montag	19.30-21.00	Volleyball Damen	Fr. Patek	0676/6155950
Dienstag	19.30-21.00	Volleyball Mixed Training	Fr. Ho Thi	0699/10173733

BSZ Tulln

Montag	17.30-19.00	Volleyball Kinder (8-12)	Fr. Müller	0676/3208834
	17.30-19.00	Volleyball Jugend (12-18)	Hr. Treiber	0680/1228113
Mittwoch	17.30-19.00	Volleyball Jugend (12-18)	Fr. Gary	0660/2562318
	19.00 -21.30	Badminton Mixed	Hr. Marhold	0664/2021193
	19.00-20.30	Volleyball Damen	Fr. Patek	0676/6155950
	19.00-21.00	Volleyball Hobby-Mixed	Hr. Kvasnicka	0650/5558046
Freitag	19.00-21.00	Volleyball Mixed	Fr. Hebenstreit	0699/18038316

Hallenbad Tulln

Montag	20.00-22.00	Volleyball Hobby-Mixed (Fortgeschrittene) ab Oktober	Fr. Ho Thi	0699/10173733
Dienstag	10.15-11.00	Qi Gong (ab 25.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	11.05-11.50	Qi Gong (ab 25.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	11.55-12.20	Faszien Fit (ab 25.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
Donnerstag	19.00-20.00	smoveyAQUA	Hr. Mayer	0664/4111630

Freitag	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 6 J.)	Hr. Graser B.	0677/61636678
	19.30-21.30	Aikido	Hr. Bauer	0680/1302589

KG I Tulln

Montag	18.15-19.00	Qi Gong (ab 24.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	19.05-19.30	Faszien Fit (ab 24.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036

KG IV Lale

Dienstag	17.30-17.55	Faszien Fit (ab 25.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	18.00-18.45	Qi Gong (ab 25.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	18.50-19.35	Pilates (ab 25.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	19.40-20.30	Fit & Stretch (ab 25.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036

KG VIII Tulln

Donnerstag	18.00-18.45	Fit & Stretch (ab 27.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	18.50-19.20	Faszien Fit (ab 27.9.)	Fr. Schraick	0650/9112036
	19.25-20.15	Tai Ji (ab 12.10.)	Fr. Schraick	0650/9112036