Sportklub Maishofen

Zugestellt durch Post.at

Liebe Sportfreunde!

Wir stellen Ihnen das **Trainingsprogramm** für das Vereinsjahr 2019/2020 in den Turnhallen der **Neuen Mittelschule (NMS)** und der **Volksschule (VS)** vor und laden Sie alle zum Mitmachen recht herzlich ein.

Es wird sehr höflich gebeten **keinesfalls Sportschuhe mit abfärbenden Schuhsohlen** in den Turnhallen zu verwenden! Sämtliche Veranstaltungen werden von der Gemeinde Maishofen, der Neuen Mittelschule Maishofen, der Volksschule Maishofen sowie dem Sportklub Maishofen unterstützt und können **für geringe Beiträge** besucht werden.

Mit sportlichen Grüßen – Ing. Martin Faistauer – Präsident, Katrin Frank – Sektionsleitung Turnen

Veranstaltung	Tag & Uhrzeit	Ort	Leitung	Telefon
Eltern-/Kind-Turnen 1 (ab 2 J.)	Montag, 15.45–16.45 Uhr (ab 7.10.)	VS	Julia Schernthaner	0699/1100 8324
Eltern-/Kind-Turnen 2 (ab 2 J.)	Montag, 16.45–17.45 Uhr (ab 7.10.)	VS	Anna Bachmann	0664/408 98 53
Eltern-/Kind-Turnen 3 (ab 2 J.)	Dienstag, 16–17 Uhr (ab 8.10.)	VS	Carolin Salzmann	0664/925 92 79
Ugotchi-Kinder-Turnen (4–6 J.)	Donnerstag, 16–17 Uhr (ab 03.10.)	NMS	Ilke Leitgöb Katrin Frank	0650/402 68 94 0650/275 31 70
Ugotchi-Kinder-Turnen (6–10 J.) Volksschulalter	Donnerstag, 17–18.15 Uhr (ab 03.10.)	NMS	Ilke Leitgöb Katrin Frank	0650/402 68 94 0650/275 31 70
Mädchen-Teenie-Turnen (ab 10 J.)	Donnerstag,18.15–19.30 Uhr (ab 03.10.)	NMS	Josefa Faistauer	0664/166 62 87
Fit für den Alltag/Damen-Turnen	Dienstag, 18.30–19.30 Uhr (ab 1.10.)	VS	Eva Gassner	0664/280 79 28
neu **Workout Cross Fit**	Dienstag, 20 – 21 Uhr (ab 08.10.)	NMS	Ioana Mircioaga	0664/644 49 41
Rückenfit für Männer	Dienstag, 19.30–20.30 Uhr (ab 8.10.)	VS	Rasvan Schiopoaei	0664/644 49 41
Yoga Kurs 1	Mittwoch, 17–18.30 Uhr (ab 02.10.)	VS	Barbara Thomys	0676/534 10 59
Yoga Kurs 2	Mittwoch, 18.45–20.15 Uhr (ab 02.10.)	VS	Barbara Thomys	0676/534 10 59
Fit & Fun für Damen & Herren	Donnerstag, 19.30–21 Uhr (ab 3.10.)	NMS	Manfred Hofer	0676/849 260 417
Ganzkörpertrainingsmix Schwerpunkt Rumpfstabilisation	Montag, 18.30–19.50 Uhr (ab 23.9.)	NMS	Gertraud Streitberger	0699/174 499 88
Volleyball für Erwachsene Vorkenntnisse erforderlich!	Montag, 20–21.30 Uhr	NMS	Hans-Jürgen Schwärz	0677/630 017 44
Fit & Fun bis ins hohe Alter Männer & Frauen 55+	Donnerstag, 16.30–17.30 Uhr (ab 3.10.)	VS	Eva Burmann	0676/322 45 01
Fußball Kampfmannschaft + Reserve	Mittwoch + Freitag, 19–21.30 Uhr (Jänner–März)	NMS	Philipp Eder	0676/825 44 428
Fußball/Nachwuchs	Mittwoch + Freitag 16-19 Uhr (Jänner–März)	NMS	Christian Schreiner	0664/785 92 92
Skitraining Kinder Jedermann Hallentraining	Mittwoch + Freitag, 16–18 Uhr (29.11./13.12./20.12. bis Schneetraining)	NMS	Sebastian Breitfuß	0664/392 57 55
Skitraining (Kindercup)	Freitag, 17–19 Uhr (Mitte Oktober bis Schneetraining)	NMS	Christoph Zeller	0664/127 96 92
Langlauf-Trockentraining	Donnerstag, 18.30–19.45 Uhr (ab 17.10.)	VS	Walter Wenger	0664/182 29 69
Laufen – Winterlauftreff mit Koordination & Krafttraining	Montag, 18.30–20 Uhr (ab 4.11.)	NMS	Wolfgang Millinger	0664/545 55 45

>>> Anmeldungen bitte unbedingt bei den jeweiligen Übungsleitern vornehmen! <<<

Änderungen vorbehalten. Für Unfälle kann keine Haftung übernommen werden.

5751 Maishofen · office@skm.at · www.skm.at · ZVR-Nr. 591489142