



Turnstundenangebot 2022/2023

Turnverein Krems 1862

www.tvkrams.at

TURNBEGINN: 19. September 2022



Montag	Line Dance für Anfänger	18:30-19:30	Wer Spaß am Tanzen hat ist hier richtig. Kein Paartanz, gutes Gehirntraining	BRG Ringstraße, Südturnsaal
	Bewegen und Wohlfühlen für Frauen	19:40-20:30	Pilates, Kickbox, Bauch-Bein-Po, Step, Yoga, Dehnen, Entspannen, usw. Hier wird alles geboten.	BRG Ringstraße, Südturnsaal
	Multi-Aerobic	20:40-21:30	Ausdauer und Koordination	BRG Ringstraße, Südturnsaal
Mittwoch	Gerätturnen 6-14 Jahre,	17:00-18:30	Spiele, Spaß; Bewegung. Turnen mit Großgeräten Schnupperstunde: 14.09.2022	Neues Schulzentrum
	Ropeskipping Anfänger und Fortgeschrittene	18:40-20:00	Seilspringen in der Gruppe, Auftritte und Training für Wettkämpfe Schnupperstunde: 14.09.2022	Neues Schulzentrum
	Spezielle Wirbelsäulengymnastik	18:45-19:45	Nur gegen Voranmeldung,* Beginn: 28.09.2022 10-er Block: 80,- €	Volksschule Hafnerplatz
	Herrengymnastik	19:00-20:00	Konditionstraining Kraft-Ausdauer und Geschicklichkeit, Spiele	BRG Ringstraße, Südturnsaal
	Allgemeine Wirbelsäulengymnastik	20:05-20:55	Nur gegen Voranmeldung* Kurs wird in Semester geführt	Neues Schulzentrum
Donnerstag	Spezielle Wirbelsäulengymnastik	09:00-10:00	Nur gegen Voranmeldung* Beginn: 29.09.2022 10-er Block 80,- €	Musikschule Hafnerplatz
	Kleinkinderturnen	17:00-18:00	Spiele, Spaß; Bewegung. Turnen mit Großgeräten	Neues Schulzentrum
	Allgemeine Wirbelsäulengymnastik	18:05-18:55	Nur gegen Voranmeldung* Kurs wird in Semester geführt	Neues Schulzentrum
	Line Dance für Fortgeschrittene	19:30-21:00	Für alle die gerne mehr wollen	BRG Ringstraße, Südturnsaal
Freitag	Er & Sie	19:00-20:30	Kondition und Fitness für Damen und Herren	BRG Ringstraße, Südturnsaal
	Gerätturnen Fortgeschrittene	19:00-21:00	Aufnahme nach Trainerabsprache Schnupperstunde: 16.09.2022	Neues Schulzentrum
Samstag	Ropeskipping	11:00-13:00		Neues Schulzentrum

Weitere Auskünfte und Voranmeldung (*): Ingrid Skorsch
ingskorsch@gmail.com
kontakt@tvkrams.at
0676/630 2535

Jahresmitgliedsbeitrag: Erwachsene 100,- €
Studenten 80,- €
Kinder und Jugendliche 70,- €
Familien 180,- €
Semesterbeitrag Allg. Wirbelsäulengymnastik: 67,- €