

TISCHTENNIS

Kursbeginn: November 2021 bis März 2022
Wann: Mittwoch ab 19:30 Uhr
Veranstaltungsort: Sportzentrum Mettersdorf
Zielgruppe: AnfängerInnen und Fortgeschrittene
Preis: gratis
Anfragen unter: Walter Gsell Tel.: 0664 / 16 33 434
Herbert Kaufmann Tel.: 0664 / 85 70 288 oder
Werner Luttenberger Tel.: 0664 / 42 25 584

Marktgemeinde stellt
Sporthalle zur Verfügung

YOGA

Kursbeginn: 21.09.2021
Wann: Dienstag, 19:00 bis 20:30 Uhr
Veranstaltungsort: Sitzungssaal der Marktgemeinde Mettersdorf
Zielgruppe: 9 bis 99
Preis: € 68,00
Dauer: 12 x 45 Min. in 6 aufeinanderfolgenden Abenden
Kursleiter: Prof. Ekard Lind
Tel.: 03477 / 29040 oder 0660 / 75 72 744

Ermäßigung für
MettersdorferInnen &
SiebingerInnen:
€ 3,00/Kurs

LAUFEN & WORKSHOP NORDIC WALKING

Kursbeginn: April bis Oktober
Wann: Mittwoch, 19:00 Uhr
Veranstaltungsort: Ursula-Quelle Mettersdorf
Zielgruppe: jedes Alter
Preis: freiwillige Spende
Dauer: Länge der Einheit von der Gruppe abhängig
Kursleiter: Winfried Konrad, Tel.: 0664 / 82 73 518

Nordic Walking Workshop
kann jederzeit vereinbart
werden

PILATES

Kursbeginn: 22.09.2021
Wann: Mittwoch, 19:00 – 20:00 Uhr und 20:00 – 21:00 Uhr
Veranstaltungsort: Turnsaal VS Mettersdorf
Zielgruppe: 9 bis 99 Jahre
Preis: € 75,00
Dauer: 10 x 60 Min.
Kursleiterin: Sigrid Antoniuk
Tel.: 0664 / 575 37 60

Anmeldung bei
Sigrid Antoniuk
Tel.: 0664 / 10 63 028

Ermäßigung für
MettersdorferInnen &
SiebingerInnen:
€ 3,00/Kurs

Tu was für deine Gesundheit!

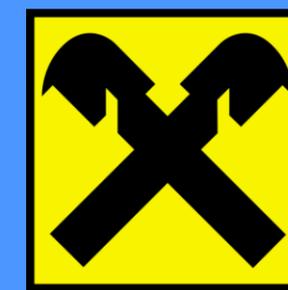
An einen Haushalt
Zugestellt durch Post.at



KURSANGEBOT 2021/2022

vom Verein „Sportunion – BEWEGUNG ist LEBEN“

in Kooperation mit der Marktgemeinde Mettersdorf am Saßbach
und dem Bewegungsland Steiermark



<p>ELTERN-KIND-TURNEN Kursbeginn: Info zum Tag und Anmeldung ab 20.09. telefonisch möglich Wann: 15:30 – 16:30 Uhr Veranstaltungsort: Turnsaal VS Mettersdorf Zielgruppe: 2,5 bis 5 Jahre Preis: € 50,00 pro Familie, Dauer: 6 Einheiten Kursleiterin: Birgit Fruhmann, Tel.: 0660 / 466 31 91</p>	<p>Ermäßigung für MettersdorferInnen & SiebingerInnen: € 6,00/Kurs</p>
<p>TENNIS FIT & FUN KIDS Kursbeginn: 03.11.2021 Wann: Mittwoch, 17:15 – 18:15 Uhr Veranstaltungsort: Kultur- und Sportzentrum Zielgruppe: 6 bis 9 Jahre (min. 6 bis max. 8 TeilnehmerInnen) Preis: € 25,00, Dauer: 5 x 60 Min. Kursleiterin: Claudia Rauch, Tel.: 0650 / 57 05 850</p> <p>Spiel und Spaß stehen bei diesem Kurs im Vordergrund! Natürlich werden auch verschiedene Tennisübungen am aufgebauten Tennis-Kleinfeld im Kultur- und Sportzentrum gemacht. Das Hauptaugenmerk des Kurses liegt allerdings in der sportlichen Betätigung sowie der Verbesserung des Ballgefühls und der Koordination.</p>	<p>Ermäßigung für MettersdorferInnen & SiebingerInnen: € 5,00 /Kurs</p>
<p>PUMPTRACK Kursbeginn: täglich - ab Mitte Oktober 2021 Veranstaltungsort: Pumptrack im Freibadgelände Zielgruppe: Alle, die sich gerne mit dem Laufrad, dem Stunt-Scooter, den Inlineskates oder dem Mountainbike bewegen wollen und Spaß daran haben.</p> <p><u>Wichtigste Regeln:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Helmpflicht, inklusive Ausrüstung! • Rücksicht auf alle BenutzerInnen der Bahn nehmen! 	<p>frei zugänglich, Eltern haften für ihre Kinder!</p>
<p>JUMPING Kursbeginn: Einstieg jederzeit möglich Wann: Mittwoch, 18:30 – 19:30 Uhr Veranstaltungsort: Sportzentrum Mettersdorf Preis: € 90,00, Dauer: 10x 60 Minuten Kursleiterin: Daniela Wagner Tel.: 0660/22 00 944 Anmeldung auch bei: Katrin Tscherntschitsch Tel.: 0664/ 39 29 603</p>	<p>Ermäßigung für MettersdorferInnen & SiebingerInnen: € 3,00 /Kurs</p>

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZU DEN KURSEN:
Anmeldungen sind telefonisch bei der/dem jeweiligen KursleiterIn möglich.
Der Kursbeitrag abzüglich der Ermäßigung ist bei der/dem KursleiterIn bar zu bezahlen.
Alle Kurse finden angepasst an die aktuellen Covid-19 Bestimmungen statt.

<p>ANGELN – EIN ERHOLSAMES HOBBY nach telefonischer Vereinbarung Wann: nach Anmeldung Veranstaltungsort: Walter-Teich in Rannersdorf Zielgruppe: 6 bis 14 Jahre Walter Gsell, Tel.: 0664 /16 33 434</p>	<p>Gratis nach Anmeldung</p>
<p>TENNIS IM JUFA GNAS Kursbeginn: ab Oktober 2021 Wann: nach Vereinbarung Veranstaltungsort: JUFA Gnas Preis: 4er Gruppe € 9 je Kind/Erwachsenen pro 60 Min. Hallenpreis: € 67,50 für die Saison je Kind bei einer 4er Gruppe, 27 Einheiten Kursleiterin: Martina Pitzl, Tel.: 0664 / 39 55 009</p>	<p>Ermäßigung für MettersdorferInnen & SiebingerInnen: € 1,00 je Stunde</p>
<p>SENIORENTURNEN (SESSSELGYMNASTIK) Kursbeginn: 01.September 2021 – Einstieg jederzeit möglich Wann: Mittwoch, 16:00 – 17:00 Uhr Veranstaltungsort: Kultur- und Sportzentrum Zielgruppe: SeniorInnen Preis: € 25,00, Dauer: 5 x 60 Min. Kursleiterin: Claudia Rauch, Tel.: 0650 / 57 05 850</p>	<p>Bitte extra Turnschuhe zum Turnen mitnehmen!</p>
<p>SITZ DICH FIT Kursbeginn: 20. September 2021 Wann: Montag, 18:00 – 19:00 Uhr Veranstaltungsort: Sitzungssaal der Marktgemeinde Mettersdorf Zielgruppe: für alle, die nicht am Boden liegen möchten Preis: € 5,00 / Stunde Dauer: 5 x 60 Min. (mind. 8 TeilnehmerInnen) Kursleiterin: Claudia Rauch, Tel.: 0650 / 57 05 850</p> <p>Bitte eine volle 0,5 Liter Wasserflasche mitbringen sowie Hallenschuhe zum Umziehen.</p>	<p>Anmeldung bei Claudia Rauch 0650 / 57 05 850</p> <p>Ermäßigung für Mitglieder der Frauenbewegung: 1 Stunde kostenlos</p>
<p>WIRBELSÄULENGYMNASTIK Kursbeginn: 13. September 2021 Wann: Montag, 18:30 – 19:30 Uhr Veranstaltungsort: Turnsaal VS Mettersdorf Zielgruppe: 40+ Preis: € 6,00 / Stunde Dauer: 10 x 60 Min. Kursleiterin: Mirjam Rosenkranz, Tel.: 0664 / 45 81 472</p>	<p>Anmeldung bei Michaela Kern 0664 / 45 81 472</p> <p>Ermäßigung für Mitglieder der Frauenbewegung: 1 Stunde kostenlos</p>

