

TISCHTENNIS

Kursbeginn: November 2020 bis März 2021
Wann: Mittwoch ab 19:30 Uhr
Veranstaltungsort: Sportzentrum Mettersdorf
Zielgruppe: Anfänger 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: 15.09.2020
Wann: Dienstag, 19:00 bis 20:30 Uhr
Veranstaltungsort: Sitzungssaal der Marktgemeinde Mettersdorf
Zielgruppe: 9 bis 99
Preis: € 65,00
Dauer: 12 x 45 Min. in 6 aufeinanderfolgenden Abenden
Kursleiter: Prof. Ekard Lind
Tel.: 03477 / 29040

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

SMOVEY – „MADE IN AUSTRIA“

Kursbeginn: 06.04.2021
Wann: Dienstag, 19:00 Uhr
Veranstaltungsort: Parkplatz der VS Mettersdorf
Zielgruppe: Jede Altersgruppe
Preis: € 45,00, Leihringe € 3,00
Dauer: 5 x 50 Min.
Kursleiterin: Martina Nagler
Tel.: 0664 / 37 50 751

Ermäßigung für
MettersdorferInnen &
SiebingerInnen:
€ 1,50/Kurs

PILATES

Kursbeginn: 23.09.2020
Wann: Mittwoch, 19:00 – 20:00 Uhr
Veranstaltungsort: Turnsaal VS Mettersdorf
Zielgruppe: 9 bis 99 Jahre
Preis: € 65,00
Dauer: 10 x 60 Min.
Kursleiterin: Sigrid Antoniuk
Tel.: 0664 / 575 37 60

Anmeldung bei
Elfriede Brabec
Tel.: 0664 / 575 37 60

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

Tu was für deine Gesundheit!

An einen Haushalt

Zugestellt durch Post.at



KURSANGEBOT 2020/2021

vom Verein „Sportunion – BEWEGUNG ist LEBEN“

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



ELTERN-KIND-TURNEN	Ermäßigung für MettersdorferInnen & SiebingerInnen: € 6,00/Kurs
Kursbeginn: 05.10.2020 und/oder 18.01.2021 Wann: Montag, 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	
HIP HOP DANCING	Ermäßigung für MettersdorferInnen & SiebingerInnen: € 5,00 /Kurs
Kursbeginn: 28.09.2020 und/oder 12.04.2021 Wann: Montag, 15:30 – 16:30 Uhr Veranstaltungsort: Mehrzwecksaal im Gemeindehaus Zielgruppe: 6 bis 10 Jahre (min. 6 bis max. 10 Teilnehmer) Preis: € 40,00, Dauer: 8 x 60 Min. Kursleiterin: Claudia Rauch, Tel.: 0650 / 57 05 850	
FIT MIT KOORDINATIONSÜBUNGEN	Ermäßigung: € 5,00 vom Tennisverein TC Saßtal
Kursbeginn: 03.02.2021 Wann: Mittwoch, 16:00 – 17:00 Uhr Veranstaltungsort: Turnsaal der VS Mettersdorf Zielgruppe: 6 bis 10 Jahre (min.6 bis max. 10 Teilnehmer) Preis: € 25,00, Dauer: 5 x 60 Min. Kursleiterin: Claudia Rauch, Tel.: 0650 / 57 05 850	
AUFBAUENDE BECKENBODENGYMNASTIK	Info und Anmeldung bei Eltern-Kind Zentrum 0664/34 30 440 oder ekiz.radkersburg@aon.at
Kursbeginn: 05.10.2020 Wann: Montag 17:30 – 18:30 Uhr Veranstaltungsort: Turnsaal VS Mettersdorf Zielgruppe: für Frauen aller Altersgruppen Preis: € 45,00, Dauer: 6 x 60 Minuten Kursleiterin: Toktam Tavakolian Far, Hebamme,	
JUMPING	Ermäßigung für MettersdorferInnen & SiebingerInnen: € 3,00 /Kurs
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 Tschernschitsch Tel.: 0664/ 39 29 603	

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.

ANGELN – EIN ERHOLSAMES HOBBY	Gratis nach Anmeldung
nach telefonischer Vereinbarung Wann: Nach Anmeldung Veranstaltungsort: Walter-Teich in Rannersdorf Zielgruppe: 6 bis 14 Jahre Walter Gsell, Tel.: 0664 /16 33 434	
ZIRKELTRAINING TENNIS FIT & FUN	Tennisplatzkosten gratis!
Kursbeginn: 25.09.2020 Wann: Freitag 18:15 – 18:45 Uhr Veranstaltungsort: Tennisplatz Mettersdorf, bei Schlechtwetter Turnsaal VS Mettersdorf Dauer: 4 x 30 Minuten (anschließend, wer möchte, Tennisrundgängerl) Zielgruppe: 9 bis 99 Jahre (min. 6 bis max. 10 Teilnehmer) Preis: Mitglieder € 5,00; Nichtmitglieder € 10,00 Kursleiterin: Claudia Rauch, Tel.: 0650 / 57 05 80850	
SENIORENTURNEN	Bitte extra Turnschuhe zum Turnen mitnehmen! Jahresförderung f. Mitglieder des Seniorenbundes: € 5,00
Kursbeginn: 21.10.2020 und/oder 13.01.2021 Wann: Mittwoch, 8:45 – 9:45 Uhr Veranstaltungsort: Feuerwehr Zehensdorf Zielgruppe: SeniorInnen Preis: € 30,00, Dauer: 7 x 60 Min. Kursleiterin: Claudia Rauch, Tel.: 0650 / 57 05 850	
LAUFEN & WORKSHOP NORDIC WALKING	Nordic Walking Workshop kann jederzeit vereinbart werden
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	
WIRBELSÄULENGYMNASTIK	Anmeldung bei Michaela Kern 0664 / 45 81 472 Ermäßigung für Mitglieder der Frauenbewegung: € 5,00/Kurs
Kursbeginn: 28. September 2020 Wann: Montag, 19:00 – 20:00 Uhr Veranstaltungsort: Turnsaal VS Mettersdorf Zielgruppe: 40+ Preis: € 60,00 Dauer: 10 x 60 Min. Kursleiterin: Mirjam Rosenkranz, Tel.: 0664 / 45 81 472	

