

## GERÄTTURNEN FÜR FORTGESCHRITTENE



Qualitätssiegel gültig: 01.03.2023 - 28.02.2027

Gerätturnen, Boden, Sprung, Balken, Reck, Trampolin, Barren







Die Turnstunde beginnt mit dem Aufwärmen der Muskulatur, bevor es an die einzelnen Geräte geht. Geturnt wird nach dem Turn 10 Programm. Die genaue Anleitung erfolgt durch die TurnlehrerInnen und VorturnerInnen. Am Ende der Turnstunde stehen Dehnungsübungen und danach ein Spiel auf dem Turnstundenplan. Die Erlangung einer sehr guten Körperspannung gepaart mit Koordinationsübungen ist eine Vorausetzung des Gerätturnens.

**Anmerkung:** Wer neu in dieser Gruppe turnen kann bestimmen die jeweiligen Turnlehrer am Anfang des Turnjahres. Die Teilnahme an Meisterschaften steht auch im Vordergrund

ÜbungsleiterIn: Barbara Quenz Geschlecht: männlich und weiblich Altersklasse: Kinder, Jugendliche

Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### **Geschlossene Gruppe:**

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot. Veranstalter Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen, Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die angegebene Kontaktperson.

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

1) Wolfsberger Turnverein Turnstätte

> Dienstag: 18:00 - 19:00 Mittwoch: 18:00 - 19:30 Donnerstag: 17:00 - 18:00 Zeitraum: 01.01.2022 -

31.12.2026

Findet nur an Schultagen statt! Nur für Mitglieder des Wolfsberger

Turnvereines

Kosten: € 65,00 / Jahr Für das Gerätturnen 2 (fortgeschrittene) kommen €

15.- dazu

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

peter.korepp@aon.at

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB

19.07.2023, 19:34 1 von 1



## **GERÄTTURNEN BASIC TURN 10**



Qualitätssiegel gültig: 04.07.2023 - 30.09.2027

Gerätturnen, Boden, Sprung, Balken, Reck, Trampolin, Barren Die Turnstunde beginnt mit dem Aufwärmen der Muskulatur,



bevor es an die einzelnen Geräte geht. Geturnt wird nach dem Turn 10 Programm. Die genaue Anleitung erfolgt durch die TurnlehrerInnen und VorturnerInnen. Am Ende der Turnstunde stehen Dehnungsübungen und danach ein Spiel auf dem Turnstundenplan. Die Erlangung einer sehr guten Körperspannung gepaart mit Koordinationsübungen ist eine Vorausetzung des Gerätturnens.

**Anmerkung:** Nur für Mitglieder des Wolfsberger Turnvereines. Nur von 5-7 Jahre. Man kann jederzeit einmal schnuppern

ÜbungsleiterIn: Larissa Gringl, Barbara Quenz, Christian

Schachner

Geschlecht: männlich und weiblich

Altersklasse: Kinder

Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

 Wolfsberger Turnverein Turnstätte

Donnerstag: 16:15 - 17:00 Zeitraum: 13.09.2023 -03.07.2026

Findet nur an Schultagen statt! Beginnt jedes Jahr zu Schulbeginn neu.

Kosten: € 50,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

### Veranstalter

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB

**Geschlossene Gruppe:** 

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot. Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen, Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die angegebene Kontaktperson.

1 von 1 19.07.2023, 19:19



## **ZUMBA KIDS**



Qualitätssiegel gültig: 04.07.2023 - 30.09.2027

Die Kinder können zu ihrer Lieblingsmusik Tanzen. Hilft dabei einen gesunden Lebensstil aufzubauen. Kinderfreundliche Choreos machen einfach Spaß.



Anmerkung: Nur für Mitglieder des Wolfsberger Turnvereines

**ÜbungsleiterIn:** Nathalie Bischof **Geschlecht:** männlich und weiblich

**Altersklasse:** Kinder Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### **Geschlossene Gruppe:**

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot. Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen, Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die angegebene Kontaktperson.

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

1) Wolfsberger Turnverein Turnstätte

> Freitag: 17:15 - 18:00 Zeitraum: 15.09.2023 -

05.07.2026

Findet nur an Schultagen statt! Beginnt jedes Jahr zum Schulbeginn

neu

Kosten: € 50,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

### Veranstalter

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB

1 von 1 17.07.2023, 13:53



## PILATES MIT GESUNDEM RÜCKEN UND "BODY **WORK OUT"**

OS-Nummer: 103631



Qualitätssiegel gültig: 04.07.2023 - 30.09.2027

Bei Pilates werden einzelne Muskeln gezielt aktiviert, entspannt und gedehnt. Rückentraining: Dies hält die Wirbelsäule beweglich und die Rückenmuskulatur wird gestärkt. Body Work

Ganzkörpertraining mit Hantel/ Gewichten indiv. wählbar von den Teilnehmern, Warm up für Beine, Brust, Rücken, Arme, Schultern und Bauch. Abgerundet durch Stretching und mit einer abschließenden Entspannung.

Anmerkung: Nur für Mitglieder des Wolfsberger Turnvereines.

Man kann jedezeit schnuppern ÜbungsleiterIn: Renate Maier

Geschlecht: männlich und weiblich Altersklasse: Erwachsene, Senioren

Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

1) Wolfsberger Turnverein Turnstätte

> Montag: 18:00 - 20:00 Zeitraum: 11.09.2023 -

08.07.2026

Findet nur an Schultagen statt! Gesunder Rücken von 18.00 -19.00 Uhr, Body Work out mit Pilates von 19.00 - 20.00 Uhr. Beginnt jedes Jahr zum Schulbeginn neu

Kosten: € 75,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

### **Geschlossene Gruppe:**

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot. Veranstalter Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe 1882 Wolfsberger Turnverein im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen, Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die angegebene Kontaktperson.

17.07.2023, 13:52 1 von 1



# GERÄTTURNEN & POWER TRAINING FÜR ERWACHSENE



Qualitätssiegel gültig: 04.07.2023 - 30.09.2027

Gerätturnen, Boden, Sprung, Balken, Reck, Trampolin, Barren Die Turnstunde beginnt mit dem Aufwärmen der Muskulatur,



bevor es an die einzelnen Geräte geht. Geturnt wird nach dem Turn 10 Programm. Die genaue Anleitung erfolgt durch die TurnlehrerInnen und VorturnerInnen. Im Programm stehen auch diverse Circle TrainingsAm Ende der Turnstunde stehen Dehnungsübungen auf dem Programm. Die Erlangung einer sehr guten Körperspannung gepaart mit Koordinationsübungen ist

eine Vorausetzung des Gerätturnens. **Anmerkung:** Nur für Mitglieder des Wolfsberger Turnvereines

ÜbungsleiterIn: Barbara Quenz
Geschlecht: männlich und weiblich
Altersklasse: Erwachsene, Senioren

Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### **Geschlossene Gruppe:**

9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

1) Wolfsberger Turnverein Turnstätte

> Mittwoch: 19:00 - 20:00 Zeitraum: 13.09.2023 -

03.07.2026

Findet nur an Schultagen statt! Beginnt jedes Jahr zum Schulbeginn

neu

Kosten: € 75,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899



### Veranstalter

1882 Wolfsberger Turnverein

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot. i.ÖTB

Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen, Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die angegebene Kontaktperson.

1 von 1 17.07.2023, 13:49



## GERÄTTURNEN FÜR MÄDCHEN UND KNABEN **VON 6-10 JAHREN, AB 10 JAHRE U.V. 8-12 J.**



Qualitätssiegel gültig: 01.03.2023 - 28.02.2027

Gerätturnen, Boden, Sprung, Balken, Reck, Trampolin, Barren







Die Turnstunde beginnt mit dem Aufwärmen der Muskulatur, bevor es an die einzelnen Geräte geht. Geturnt wird nach dem Turn 10 Programm. Die genaue Anleitung erfolgt durch die TurnlehrerInnen und VorturnerInnen. Am Ende der Turnstunde stehen Dehnungsübungen und danach ein Spiel auf dem Turnstundenplan. Die Erlangung einer sehr guten Körperspannung gepaart mit Koordinationsübungen ist eine Vorausetzung des Gerätturnens.

**Anmerkung:** Di v. 6-8 J. u. ab 9-12 J., Mi. v. 8-12 J.

ÜbungsleiterIn: Barbara Obmann Geschlecht: männlich und weiblich

Altersklasse: Kinder Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### **Geschlossene Gruppe:**

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot. 899 Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe | | peter.korepp@aon.at im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen, Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Veranstalter die angegebene Kontaktperson.

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

1) Wolfsberger Turnverein Turnstätte

> Dienstag: 16:00 - 18:00 Mittwoch: 17:00 - 18:00 Zeitraum: 02.02.2022 -

27.12.2026

Findet nur an Schultagen statt!

Kosten: € 50,00 / Jahr

Wer später in der Gruppe für Fortgeschrittene turnen kann wird von den jeweiligen Turnlehrer bestimmt. Dann wird ein Zusatzbeitrag von €

15.- fällig

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB

26.06.2023, 13:22 1 von 1



## MÄNNERTURNSTUNDE

**OS-Nummer: 22988** 

Qualitätssiegel gültig: 01.03.2023 - 28.02.2027

Allgem. Turnen, Gymnastik, Konditionstraining, Koordination, Spiel.



Mit Mike als ausgebildeten Pysiotherapeut eine sehr wertvolle Stunde. Yoga Elemente fließen ebenso sanft ein. Zirkeltraining kräftigt die Muskulatur zusätzlich. Nach den Übungen wird gedehnt und danach gibt es immer ein Spiel.

ÜbungsleiterIn: Mike Van Bogget

Geschlecht: männlich

Altersklasse: Erwachsene, Senioren

Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### **Geschlossene Gruppe:**

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot. Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe Veranstalter im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen, Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an ¡.ÖTB die angegebene Kontaktperson.

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

1) Wolfsberger Turnverein Turnstätte

> Dienstag: 19:00 - 20:00 Zeitraum: 01.02.2022 -26.12.2026

Findet nur an Schultagen statt!

Kosten: € 75,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

1882 Wolfsberger Turnverein

26.06.2023, 13:21 1 von 1



## **GESUNDER RÜCKEN**



Qualitätssiegel gültig: 01.03.2023 - 28.02.2027

Aufwärmen. Übungen zur Kräftigung der Rückenmuskulatur, mit dem Ziel die Wirbelsäule beweglich zu halten. Einfluss von Yogaelementen mit Entspannungsübungen. Alle 14 Tage mit Osteoporose Training.

Anmerkung: Zwei gleiche Turnstunden von 18-19 Uhr u.v. 19-20

Uhr

ÜbungsleiterIn: Karin Pertl

**Geschlecht:** männlich und weiblich **Altersklasse:** Erwachsene, Senioren

Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### **Geschlossene Gruppe:**

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot.

Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen,

Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die angegebene Kontaktperson.

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

1) Wolfsberger Turnverein Turnstätte

> Montag: 17:00 - 19:00 Zeitraum: 02.02.2022 -

31.12.2026

Findet nur an Schultagen statt!

Kosten: € 75,00 / Jahr

### **Kontakt**

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

### Veranstalter

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB



## GERÄTTURNEN FÜR MÄDCHEN UND KNABEN **VON 6-10 JAHREN, AB 10 JAHRE U.V. 8-12 J.**



Qualitätssiegel gültig: 01.03.2023 - 28.02.2027

Gerätturnen, Boden, Sprung, Balken, Reck, Trampolin, Barren







Die Turnstunde beginnt mit dem Aufwärmen der Muskulatur, bevor es an die einzelnen Geräte geht. Geturnt wird nach dem Turn 10 Programm. Die genaue Anleitung erfolgt durch die TurnlehrerInnen und VorturnerInnen. Am Ende der Turnstunde stehen Dehnungsübungen und danach ein Spiel auf dem Turnstundenplan. Die Erlangung einer sehr guten Körperspannung gepaart mit Koordinationsübungen ist eine Vorausetzung des Gerätturnens.

**Anmerkung:** Di v. 6-8 J. u. ab 9-12 J., Mi. v. 8-12 J.

ÜbungsleiterIn: Barbara Obmann Geschlecht: männlich und weiblich

Altersklasse: Kinder Geschlossene Gruppe.<sup>1</sup>

### **Geschlossene Gruppe:**

Dabei handelt es sich um kein allgemein zugängliches Bewegungsangebot. 899 Die Teilnahme ist ausschließlich einer eingeschränkten Personengruppe | | peter.korepp@aon.at im Rahmen von Projekten, beispielsweise in Kindergärten, Schulen, Seniorenheimen, Betrieben möglich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Veranstalter die angegebene Kontaktperson.

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

1) Wolfsberger Turnverein Turnstätte

> Dienstag: 16:00 - 18:00 Mittwoch: 17:00 - 18:00 Zeitraum: 02.02.2022 -

27.12.2026

Findet nur an Schultagen statt!

Kosten: € 50,00 / Jahr

Wer später in der Gruppe für Fortgeschrittene turnen kann wird von den jeweiligen Turnlehrer bestimmt. Dann wird ein Zusatzbeitrag von €

15.- fällig

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB

26.06.2023, 13:19 1 von 1



## **ELTERN KIND TURNEN (1-3 JAHRE)**



Qualitätssiegel gültig: 02.06.2023 - 30.09.2027

Spielerische Bewegungserfahrung. Dabei werden verschiedene Hindernisse wie Tunnels, Rutschen und Kegel aufgebaut,

die die Kinder in spielerischer Marnier "bezwingen" sollen. Die Kinder erfahren wie freudvoll Bewegung sein kann. Beim ELKT werden gemeinsam Kreise gebildet und auch Lieder gesungen.

ÜbungsleiterIn: Nathalie Bischof, Caroline Umschaden

**Geschlecht:** männlich und weiblich **Altersklasse:** Kleinkinder, Kinder

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

Wolfsberger Turnverein Turnstätte

Freitag: 15:45 - 16:30 Zeitraum: 04.01.2023 -27.12.2026

Findet nur an Schultagen statt!

Turnjahr = Schuljahr Kosten: € 50,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

### Veranstalter

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB

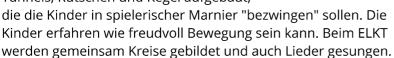


## **ELTERN KIND TURNEN (1-3 JAHRE)**



Qualitätssiegel gültig: 02.06.2023 - 30.09.2027

Spielerische Bewegungserfahrung. Dabei werden verschiedene Hindernisse wie Tunnels, Rutschen und Kegel aufgebaut,



ÜbungsleiterIn: Nathalie Bischof, Caroline Umschaden

**Geschlecht:** männlich und weiblich **Altersklasse:** Kleinkinder, Kinder

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

Wolfsberger Turnverein Turnstätte

Freitag: 15:00 - 15:45 Zeitraum: 04.01.2023 -27.12.2026

Findet nur an Schultagen statt!

Turnjahr = Schuljahr Kosten: € 50,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

### Veranstalter

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB



## **KINDERTURNEN VON 3-4 JAHREN**



Qualitätssiegel gültig: 02.06.2023 - 30.09.2027

Spielerische und vielfältige Bewegungserfahrung mit (Ball-) Spielen, Bewegungsschulung und

erfahrung mit (Ball-) Spielen,
schulung und

Fitness-/Koordinationstraining sowie moderatem Gerätturnen samt Gerätelandschaften.

Der Spaß steht im Vordergrund!

ÜbungsleiterIn: Nathalie Bischof, Caroline Umschaden

**Geschlecht:** männlich und weiblich **Altersklasse:** Kleinkinder, Kinder

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

Wolfsberger Turnverein Turnstätte

Freitag: 16:30 - 17:15 Zeitraum: 04.01.2023 -27.12.2026

Findet nur an Schultagen statt!

Turnjahr = Schuljahr Kosten: € 50,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

### Veranstalter

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB



## **KINDERTURNEN VON 7-10 JAHREN**



Qualitätssiegel gültig: 02.06.2023 - 30.09.2027

Spielerische und vielfältige Bewegungserfahrung mit (Ball-) Spielen, Bewegungsschulung und



Fitness-/Koordinationstraining sowie moderatem Gerätturnen samt Gerätelandschaften.

Der Spaß steht im Vordergrund!

ÜbungsleiterIn: Nathalie Bischof, Caroline Umschaden

**Geschlecht:** männlich und weiblich **Altersklasse:** Kleinkinder, Kinder

### 9400 Wolfsberg, Supanschitzstraße 4

Wolfsberger Turnverein Turnstätte

Freitag: 18:00 - 18:45 Zeitraum: 04.01.2023 -27.12.2026

Findet nur an Schultagen statt!

Turnjahr = Schuljahr Kosten: € 50,00 / Jahr

### Kontakt

Peter Korepp, Tel.: 0664 1987

899

peter.korepp@aon.at

### Veranstalter

1882 Wolfsberger Turnverein i.ÖTB