MONTAG

19.00 – 21.00 Uhr Mixed (in Haag)

DIENSTAG

16.15 – 18.00 Uhr Volley4Youth* 18.00 – 19.45 Uhr Damen

19.45 – 21.45 Uhr Herren

MITTWOCH

Volley4Kids * 16.15 – 18.00 Uhr 18.00 – 19.45 Uhr Herren 19.45 – 21.45 Uhr Damen

FREITAG

16.15 - 18.00 Uhr Volley4Kids/Volley4Youth*

18.00 - 19.45 Uhr Damen / Junioren*

19.45 – 21.45 Uhr Herren

19.00 – 21.00 Uhr Mixed (in Haag)

* Mädchen und Burschen

Trainingsbeginn: 11.09.2023 Volley4Kids: 10 - 14 Jahre Volley4Youth: 14 - 16 Jahre

Sporthalle IMS-Langenhart

TURNEN:

Kinder u. Jugendliche

bis zum 18. Lebensjahr: 40,00€ Pro weiterem Kind: 35,00€

(Geschwister)

Erwachsene

bis zum 60. Lebensjahr: 60,00€ 55,00 € p.P. Ehepaare: Ab dem 61. Lebensjahr: 45,00€

Unterstützende Mitglieder: 15,00 €

JUDO:

Pro Semester: 95.00€ Geschwister: 90,00 € p.P.

VOLLEYBALL:

Vollev4Kids 75.00€ Volley4Youth/Junioren 110,00€ 120.00€ Damen & Herren 180,00€ Nur Beachvolleyball 100,00€

Anmeldung Kurse und Trainingseinheiten



Auf unserer Homepage www.atsv-st-valentin.at/kontakt

Weitere Infos & Fotos findet Ihr auf www.atsv-st-valentin.at

ATSV St. Valentin

Ein Verein bewegt!

2023

2024

KONTAKT VOLLEYBALL

Michael Dannerbauer: 0681 / 203 90 523 Alexandra Benea (Damen): 0664 / 750 24 553 Michael König (Herren): 0660 / 489 97 80 Roman List (Kinder/Jugend): 0680 / 303 98 01

volleyballvalentin@hotmail.com

MOTOPÄDAGOGISCHES ELTERN-KIND TURNEN (ab 14.09.2023) 12 Monate - 3 Jahre Donnerstag: 15.15 – 16.15 Uhr VS Langenhart **RASSELBANDE** (ab 14.09.2023) MIT BEGLEITUNG Mädchen und Jungs von 4 – 5 Jahre Donnerstag: 16.30 – 17.30 Uhr VS Langenhart HipHop KIDS (ab 25.09.2023) Mädchen und Jungs von 6 – 10 Jahre Montag: 16.00 - 17.00 Uhr VS Langenhart / Bewegungsraum **FIT FOR KIDS** (ab 13.09.2023) Mädchen und Jungs von 6 – 9 Jahre Mittwoch: 16.00 – 17.00 Uhr, VS Langenhart **FIT-SPORT FRAUEN 50+** (ab 12.09.2023)

FIT-SPORT MÄNNER 50+ (ab 27.09.2023) Mittwoch: 18.30 – 19.45 Uhr, VS Langenhart

Dienstag: 16.00 – 17.00 Uhr, VS Langenhart

BODY WORKOUT (ab 12.09.2023) Vielseitiges Konditionstraining für Jedermann Dienstag: 19.00 – 20.00 Uhr, VS Langenhart

POWERFRAUEN (ab 13.09.2023) Frauengymnastik & Aktivitäten auch

außerhalb des Turnsaals

Mittwoch: 19.45 – 21.00 Uhr, VS Langenhart

JAZZDANCE (ab 14.09.2023)
Jugendliche ab 15 Jahre und Erwachsene

Donnerstag: 18.30 – 19.30 Uhr

VS Langenhart

KONTAKT TURNEN

Oberbramberger Wolfgang: 0699 / 151 121 73

JACKPOT.FIT (ab 25.09.2023)
Kooperation mit Sozialversicherung für
Übergewichtige und DiabetikerInnen.
Montag: 17.30 – 18.30 Uhr, VS Langenhart
12 x 60 min. mit Ulrike
Kursgebühr: Neueinsteiger kostenlos
Wiederholer: MG 50,00 € / NMG 120,00 €

RÜCKEN-FIT (ab 25.09.2023)

Mobilisierung, Stabilisierung und Kräftigung der Rumpfmuskulatur.

Montag: 18.30 - 19.30 Uhr, VS Langenhart

10 x 60 min. mit Ulrike

Kursgebühr: MG 40,00 € / NMG 120,00 €

POWER-FIT (ab 26.09.2023)

Kombination aus CrossFit, HIT und Ausdauer Dienstag: 18.00 – 19.00 Uhr, VS Langenhart

10 x 60 min. mit Bianca

Kursgebühr: MG 40,00 € / NMG 120,00 €

PILATES (ab 21.09.2023)

Donnerstag: 17.30 - 18.30 Uhr, VS Langenhart

10 x 60 min. mit Sabrina

Kursgebühr: MG 40,00 € / NMG 120,00 €

ZUMBA-FITNESS (ab 11.09.2023)

Montag: 19.30 – 20.30 Uhr, VS Langenhart 12 x 60 min. mit Ingrid und Cornelia Kursgebühr: MG 50,00 € / NMG 120,00 €

YOGA (ab 21.09.2023)

Donnerstag: 18.30 – 19.45 Uhr VS Langenhart / Bewegungsraum

10 x 75 min. mit Corinna

Kursgebühr: MG 70,00 € / NMG 140,00 €

KINDER YOGA (ab 21.09.2023)

Mädchen und Jungs von 6 – 10 Jahre Donnerstag: 17.15 – 18.15 Uhr VS Langenhart / Bewegungsraum

5 x 60 min. mit Corinna

Kursgebühr: MG 35,00 € / NMG 70,00 €

SELBSTVERTEIDIGUNG (ab 23.09.2023)

Teenager/Frauen: ab 15 Jahre, Samstag: 9.00 - 11.00 Uhr Mädchen: 12 - 14 Jahre, Samstag: 11.15 - 13.15 Uhr

VS Langenhart 3 x 120 min. mit Polizei Linz-Einsatztrainer Arnold

Nutze die erste Kurseinheit als kostenlose Schnupperstunde (gültig für das gesamte Kursangebot)

Kursgebühr: MG 30,00 € / NMG 90,00 €

ANFÄNGER (ab 08.09.2023)
ab 6 Jahre
Freitag: 17.15 – 18.15 Uhr, VS Langenhart

FORTGESCHRITTENE (ab 09.09.2023)
Freitag: 16.00 – 17.15 Uhr, VS Langenhart

KÄMPFER (ab 09.09.2023)

Mittwoch: 17.00 – 18.30 Uhr, VS Langenhart Freitag: 18.15 – 19.30 Uhr, VS Langenhart

KONTAKT JUDO

Maria Alkin: 0676 / 945 26 81

maria.alkin@aon.at

Freiluft-Fitness

RADELN IN DEN SOMMERFERIEN jeden Mittwoch

Frauen: 18.00 Uhr, Treffpunkt: VS Langenhart Männer: 17.00 Uhr, Treffpunkt: Volksheim

