

KURSE

DER ERWACHSENENSCHULE ST. LEONHARD

Aerobic Fitness



montags, ab 8. Sept. 18:00 Uhr
im Turnsaal SchulKiz St. Leonhard
€ 28,-/Person (4 Abende)

Mobility Stretch



montags, ab 8. Sept. 19:00 Uhr
im Turnsaal SchulKiz St. Leonhard
€ 28,-/Person (4 Abende)

Karfttraining



mittwochs, ab 10. Sept. 19:30 Uhr
im Turnsaal SchulKiz St. Leonhard
€ 28,-/Person (4 Abende)

Huangart Stuba

“Die Schrofенritter”

Donnerstag, 11. Sept. 18:30 Uhr
in der Stube vom Schrofенhof (Steinbockzentrum)
freiwillige Spende
parken beim Steinbockzentrum möglich

Geistig aktive Fitness

für Senior*innen 60+

montags, ab 15. Sept. 14:30 Uhr
im Seminarraum Biohotel Stillebach
€ 59,-/Person (5 Nachmittage)

Bodega moves



dienstags, ab 16. Sept. 19:30 Uhr
im Turnsaal SchulKiz St. Leonhard
€ 36,-/Person (6 Abende)

Yin Yoga & Klang der Stille

“Soundmeditation”

Sonntag, 28. Sept. 18:00 Uhr
im Yogastadl (Biohotel Stillebach)
€ 25,-/Person



Heidi Neururer

Lebensmomente einer Weltmeisterin

Freitag, 17. Okt. 19:00 Uhr
in der Stube vom Schrofенhof (Steinbockzentrum)
freiwillige Spende
parken beim Steinbockzentrum möglich

Wow!
1 + 1 gratis!
1 + 2 gratis!

dein Kind
oder deine Kinder
können im Alter
von 10 - 17 Jahren
bei Teilnahme
einer erwachsenen
Begleitperson
KOSTENLOS
an allen
Bewegungskursen
teilnehmen!

FIT 4 FUTURE

#Gesundheitsprävention

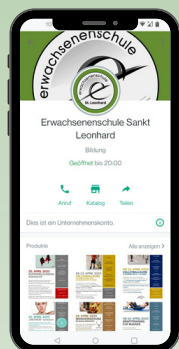


INFORMATION & ANMELDUNG

www.erwachsenenschulen.at/st-leonhard

☎ 0650/62 05 292

✉ es-leonhard@tsn.at



Klick dich durch unser
WhatsApp-Profil

0650/62 05 292
einspeichern und los gehts!

Hier findest du alle Kurs und
kannst dich genau informieren
und sogar über den Warenkorb
anmelden!



Kursprogramm