

JAHRES- MITGLIEDSBEITRAG

SAISON 2021/2022

bis zum 14. Lebensjahr	€ 40,-
ab dem 15. Lebensjahr	€ 85,-
ab dem 65. Lebensjahr	€ 65,-
Familientarif (Zwei Erwachsene plus Kinder bis zum 14. Lebensjahr)	€ 180,-

*Nur einmal zahlen und ein ganzes Schuljahr
verschiedenste Sportarten ausüben!*

<http://harmannsdorf.sportunion.at>

 @harmannsdorf.sportunion

Impressum: Obfrau: Christina Ebermann-Steindl, Kreuzwiesengasse 23, 2111 Harmannsdorf

Wir bedanken uns recht herzlich
bei unseren treuen Sponsoren!



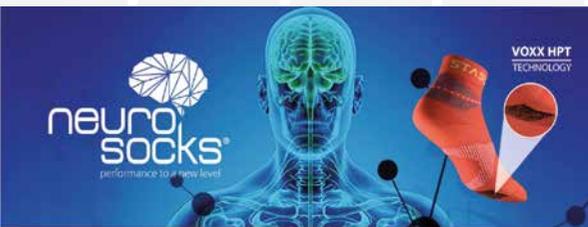
Schallgruber
Tradition mit **BESTEM** Mobilitätsservice
www.schallgruber.at
Tel.: 02266 / 62 221



SATTLER
ZIMMEREI GesmbH
HOLZBAU - HOLZHANDEL
2111 HARMANNSDORF · KREISL GASSE 5
Tel (02264) 72 37 · Fax DW 17
www.sattler-holzbau.at



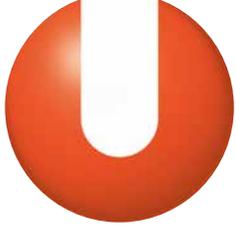
Raiffeisenbank
Kreuzenstein
+43 2264 7213
Bankstellen in Leobendorf und Rückersdorf
www.kreuzenstein.meineraika.at



neuro socks
performance to a new level
VOXX HPT TECHNOLOGY
IHR NEURO SOCKS PARTNER IN HARMANNSDORF:
Christina Sattler: 0676/3802776
christi.neuro-socks.com



ALEXANDER RAICHER
WEB DESIGN & IT DIENSTLEISTUNGEN

SPORT
UNION 
HARMANNSDORF-RÜCKERSDORF

KURSPROGRAMM 2021/2022

voraussichtlicher Beginn 13. September 2021

<http://harmannsdorf.sportunion.at>

 @harmannsdorf.sportunion



Wir bewegen Menschen

Montag

16.30 - 17.20 Uhr

Familien-Turnen

Turnstunde für Kinder von 0 - 3 Jahren.
Mitnahme von Geschwistern möglich.

Neuer Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Kathi

16.30 - 17.20 Uhr

Kindergarten-Turnen I

Für Mädchen und Buben von 3 - 4 Jahren.
Spielerisches Turnen. Ohne Begleitperson.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Petra, Sophie, Sonja, Nici

17.20 - 18.10 Uhr

Kindergarten-Turnen II

Für Mädchen und Buben von 5 - 6 Jahren.
Spielerisches Turnen. Ohne Begleitperson.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Petra, Sophie, Sonja, Nici

18.00 - 19.30 Uhr

Volleyball Mädchen

Sporthalle der MS Harmannsdorf

Kursleitung: Meli

18.30 - 19.45 Uhr

Gymnastik Damen

Gezielte Kraft-, Ausdauer- und Koordinationsübungen für Jung und Alt.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Sabrina

19.30 - 21.30 Uhr

Volleyball Fortgeschritten

Im Vordergrund stehen Teamgeist, gesunder Ehrgeiz und Spaß an der Bewegung.

Sporthalle der MS Harmannsdorf

Kursleitung: Carmen

Dienstag

18.30 - 20.00 Uhr (Beginn 5. Oktober)

Gymnastik Herren

Ob Wirbelsäulengymnastik oder Zirkeltraining, hier ist für jeden etwas dabei.

Turnsaal der VS Stetten

Kursleitung: Sabrina

18.30 - 19.30 Uhr (Beginn 5. Oktober)

Kraftausdauer- & Zirkeltraining

Verschiedenste Übungen kombiniert mit Zirkeltraining und Tabatas mit eigenem Körpergewicht.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Stefan, Sepp

19.30 - 21.30 Uhr (Beginn 5. Oktober)

Gymnastik Herren

Muskelkräftigung, Dehnen, und Wirbelsäulengymnastik.

GEMEINSAM einen Ausgleich für unseren Körper finden.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Karl, Stefan



20.00 - 21.15 Uhr

Power Hour Damen

Kraft-Ausdauertraining auf hohem Niveau.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Sabrina

Mittwoch

15.00 - 16.00 Uhr

Kleinkindturnen I

Für Kinder ab Krabbelalter bis 2 Jahre.
Förderung der motorischen Selbstständigkeit mit Kleingeräten und Bewegungslandschaften.

Neuer Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Christina

16.00 - 17.00 Uhr

Kleinkindturnen II

Für Mädchen und Buben von 2-3 Jahren.
Ein abwechslungsreiches Angebot zum Laufen, Klettern, Hängen, Balancieren, Schwingen, Springen und Schaukeln. Die Eltern sind nur Begleit- oder Aufsichtspersonen.

Neuer Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Christina

17.00 - 18.30 Uhr

Mädchen-Turnen

Für Mädchen von 1.- 4. Klasse VS.
Sportliche Abwechslung mit Turnen, Spiel-, Abenteuer- und Erlebnissport.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Christina, Christina

18.30 - 20.00 Uhr (Beginn 5. Oktober)

Power-DAC-Hour

Herren 50+ spielen, mobilisieren und kräftigen.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Josef



Donnerstag

18.00 - 20.00 Uhr

Fußball Jugend

Für Burschen und Männer von 15 - 35 Jahren.
Komm vorbei und spiel mit!

Sporthalle der MS Harmannsdorf

Kursleitung: Alex

18.00 - 19.00 Uhr

Pilates II

Fortgeschrittenen-Kurs

Pilates ist ein wirkungsvolles Bewegungssystem für SIE und IHN, für JUNG und JUNGGEBLIEBENE!

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Monika

19.00 - 20.00 Uhr

Pilates I

Anfänger- und Weiterführender Kurs

Pilates ist ein wirkungsvolles Bewegungssystem für SIE und IHN, für JUNG und JUNGGEBLIEBENE!

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Monika



Pilates - Donnerstag 18.00 und 19.00 Uhr

20.00 - 22.00 Uhr (Beginn 4. November)

Fußball

Für begeisterte Fußballspieler ab 30 Jahren.
Komm vorbei und spiel mit!

Sporthalle der MS Harmannsdorf

Kursleitung: Franz

Freitag



Turnen für Kinder
Mädchen: Mittwoch 17.00 Uhr
Buben: Freitag 17.00 Uhr



Kraftausdauer- & Zirkeltraining - Dienstag 18.30 Uhr

17.00 - 18.00 Uhr

Buben-Turnen

Für Buben von 1.- 4. Klasse VS.
Ballspiele, Koordinationsübungen und Grundkenntnisse für Geräteturnen.

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Stefan, Matthias

18.00 - 19.00 Uhr

smoveyKURS

Ausdauer und Balance trainieren, Tiefenmuskulatur und Lymphsystem aktivieren, Herz-Kreislaufsystem und Bindegewebe kräftigen.

swing, move & smile

pro Semester

Union-Mitglieder € 75,-

Nicht-Mitglieder € 95,-

Turnsaal der VS Harmannsdorf

Kursleitung: Caroline



Kleinkindturnen I
Mittwoch 15.00 Uhr



Volleyball Fortgeschritten - Montag 19.30 Uhr



Fußball Jugend - Donnerstag 18.00 Uhr