



JAHRES- MITGLIEDSBEITRAG

SAISON 2023/2024

- bis zum 15. Lebensjahr € 50,-
- ab dem 15. Lebensjahr € 100,-
- ab dem 65. Lebensjahr € 80,-

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

IBAN: AT42 3243 8000 0240 3319
harmannsdorf.sportunion.at/anmeldung
Anmeldung/Einzahlung ab 1. 9. 2023

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

NEU

UNIONKOMBI
Sport und Bewegung
das ganze Jahr
Turnen + Tennis
um € 200

**Wir bedanken uns recht herzlich
bei unseren treuen Sponsoren!**

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

ROMANN Shop Bahnhofstraße 11
2111 Harmannsdorf
TEL: 0664 / 510 25 02
Email: info@romann-shop.at
LAUFRÄDER | GO-KARTS | SPIELWAREN
AIRTRACKS | TRAMPOLINE | PLAYBASE
www.romann-shop.at

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

steinacker
gasthaus & fleischerfachgeschäft
laaerstraße 41 2111 rückersdorf
t:02264/7241 f: 02264/7241 30
m: steinacker@direkt.at



ORGANETIK
MASOPUST



ALEXANDER RAICHER
WEB DESIGN & IT DIENSTLEISTUNGEN



KURSPROGRAMM

2023/2024

Beginn 11. September 2023

<http://harmannsdorf.sportunion.at>

[@harmannsdorf.sportunion](https://www.facebook.com/harmannsdorf.sportunion)

Wir bewegen Menschen

Montag

16.30 - 17.20 Uhr

Kindergarten-Turnen I

3 - 4 Jahre

Kleinsporthalle

Kursleitung: Petra, Sophie, Nici

17.20 - 18.10 Uhr

Kindergarten-Turnen II

5 - 6 Jahre

Kleinsporthalle

Kursleitung: Petra, Sophie, Nici

18.00 - 19.30 Uhr

Volleyball Mädchen

Sporthalle, Kursleitung: Kerstin

18.30 - 19.45 Uhr

Gymnastik Damen

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

Turnsaal, Kursleitung: Sabrina

19.30 - 21.30 Uhr

Volleyball Fortgeschritten

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

Sporthalle, Kursleitung: Carmen

20.00 - 21.15 Uhr

Power Hour Damen

Kraft-Ausdauertraining auf hohem Niveau.

Turnsaal, Kursleitung: Sabrina



Dienstag

18.30 - 20.00 Uhr (Beginn 3. Oktober)

Gymnastik Herren

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

Turnsaal der VS Stetten

Kursleitung: Sabrina

18.15 - 19.30 Uhr (Beginn 3. Oktober)

Kraftausdauer- & Zirkeltraining

Verschiedenste Übungen kombiniert mit Zirkeltraining und Tabatas mit eigenem Körpergewicht.

Turnsaal

Kursleitung: Sepp, Markus

18.30 - 19.30 Uhr

smoveyKURS

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

pro Semester

Union-Mitglieder € 75,-

Nicht-Mitglieder € 95,-

Kleinsporthalle

Kursleitung: Caroline

19.30 - 21.30 Uhr (Beginn 3. Oktober)

Gymnastik Herren

Muskelkräftigung, Dehnen, und Wirbelsäulengymnastik.

GEMEINSAM einen Ausgleich für unseren Körper finden.

Turnsaal

Kursleitung: Karl, Markus



Mittwoch

15.00 - 16.00 Uhr

Kleinkindturnen I

Für Kinder ab Krabbelalter bis 2 Jahre.

Förderung der motorischen Selbstständigkeit mit Kleingeräten und Bewegungslandschaften.

Kleinsporthalle, 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.

Kleinsporthalle, Kursleitung: Christina

17.00 - 18.30 Uhr (Beginn 4. Oktober)

Mädchen-Turnen

Für Mädchen von 1.-4. Klasse VS.

Sportliche Abwechslung mit Turnen, Spiel-, Abenteuer- und Erlebnissport.

Kleinsporthalle, Kursleitung: Christina, Christina



Mädchen-Turnen - Mittwoch 17.00 Uhr

18.30 - 20.00 Uhr (Beginn 4. Oktober)

Power-DAC-Hour

Herren 50+ spielen, mobilisieren und kräftigen.

Turnsaal, Kursleitung: Gery

Donnerstag

16.30 - 17.30 Uhr (Beginn 21. September)

Yoga

(begrenzte Teilnehmerzahl) sanftes Mobilisieren und Dehnen, Kraft und Balance für den Alltag tanken, Harmonie und Einheit im Körper spüren, die eigene Körperwahrnehmung stärken

pro 10er-Block

Union-Mitglieder € 75,-

Nicht-Mitglieder € 95,-

Kleinsporthalle, Kursleitung: Elisabeth, Theresa

18.00 - 20.00 Uhr (Beginn 5. Oktober)

Fußball Jugend

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

Sporthalle, Kursleitung: Alex

18.00 - 19.00 Uhr

Pilates Einheit 1

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

Turnsaal, Kursleitung: Monika, Cornelia

19.00 - 20.00 Uhr

Pilates Einheit 2

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

Turnsaal, Kursleitung: Monika, Cornelia

20.00 - 22.00 Uhr (Beginn 3. November)

Fußball

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

Sporthalle, Kursleitung: Franz

Sport und Bewegung das ganze Jahr

"Unionkombi" Turnen und Tennis

um € 200 (gültig ab 18 Jahren)

• Tennismitgliedschaft 2024

• gesamtes Turnprogramm

(exkl. Zusatzpakete)

Aktionszeitraum 1. 9. - 31. 10. 2023

50 Jahre Sportunion Harmannsdorf

Familien-Sportfest

Samstag 25. Mai 2024 ab 14 Uhr



Kraftausdauer- & Zirkeltraining - Dienstag 18.15 Uhr



Pilates - Donnerstag 18.00 und 19.00 Uhr



Kleinkindturnen I
Mittwoch 15.00 Uhr



Gymnastik Herren - Dienstag 19.30 Uhr



Volleyball Fortgeschritten - Montag 19.30 Uhr



Fußball Jugend - Donnerstag 18.00 Uhr



Yoga - Donnerstag 16.30 Uhr