

# Turnverein

## NIEDERNDORF

### Trainingsprogramm 2024 / 2025

Turnstart: 30.09.2024

#### Frauen & Männer

##### **Rücken –Fit für Sie & Ihn**

Mittwoch 19:30 – 21:00 Uhr alter Turnsaal

Trainer: Birgit Duregger, Corinna Mayr

##### **TÔSÔX – (Kampfsportfitness)**

Dienstag 19:00 – 20:30 Uhr neuer Turnsaal / Halle 3

Trainer: Sandra Obereder, Katrin Ager

#### Männer

##### **Zirkel-Training**

Donnerstag 18:30 – 20:00 Uhr

neuer Turnsaal / Halle 1

Trainer: Markus Redl, Martin Mayr

#### **NEU!!! Corn Hole**

Wurfspiel für Erwachsene

Mittwoch 19:00 – 20:00 (21:00)

neuer Turnsaal / Halle 3

Kontakt: Walter Ritzer Tel.: 0043/69917257610

#### **Bewegungsbaustelle für Kleinkinder**

Mittwoch 15:30 – 17:00 Uhr neuer Turnsaal / Halle 2 & 3

Trainer: Margit Lackner, Corinna Mayr, Waltraud Naschberger

#### **Mädels ab 4.Klasse Volksschule**

Mittwoch 18:00 – 19:00 Uhr neuer Turnsaal / Halle 2 & 3

Trainer: Margit Lackner, Mathilda Wessely

#### **Jungs & Mädels Wettkampfgruppe**

##### **Leistungsriege Einsteiger & Fortgeschrittene**

##### **Kinder 6 – 14 Jahren**

Montag 17:00 – 19:00 Uhr neuer Turnsaal / Halle 2 & 3

Trainer: Sophia Rieser, Sofie Hauser,

Tobias Stöger, Julia Müllauer, Eva Mayr,

Silvia Fankhauser, Marie Saurer, Michele Kronbichler

**(Derzeit keine Neuanmeldungen möglich)**

**Wichtiger Hinweis!**

**Die Leistungsriege ist die einzige Gruppe, die wir aus Kapazitätsgründen (Schwimmen) begrenzen müssen.**

**Aus dem Grund obliegt die Teilnahme an der Gruppe bei den Trainern!**

#### **Erlebnisturnen / Halle 2 & 3**

(Kinder 4 – 8 Jahre)

Dienstag 16:30 – 18:00 Uhr neuer Turnsaal

Trainer: Elfi Vinciguerra, Mathilda Wessely

Waltraud Naschberger, Doris Hofer

#### **Yoga (Vinyasa & Yin)**

Montag 19:30 – 21:00 Uhr alter Turnsaal

Trainer: Manuela Bloessl

**Start: 09.09.2024**

#### **Ganzkörper-Training**

Donnerstag 19:00 – 20:15 Uhr

neuer Turnsaal / Halle 3

Trainer: Katrin Ager, Sandra Obereder

#### **Karate**

##### **Kinder/Jugend ab 8 Jahren**

Montag 17:30 – 18:30 Uhr neuer Turnsaal

Donnerstag 17:30 – 18:30 Uhr alter Turnsaal

Trainer: Lutz Andreas

#### **Karate**

##### **Erwachsene**

Montag 18:30 – 20:00 Uhr neuer Turnsaal / Halle 1

Donnerstag 18:30 – 20:00 Uhr alter Turnsaal

Trainer: Lutz Andreas

#### **Volleyball Erwachsene**

Montag 19:00 – 21:00 Uhr neuer Turnsaal / Halle 2 & 3

Trainer: Matthias Langhoff

#### **Jungs & Mädels**

##### **1. – 4. Klasse Volksschule**

Mittwoch 17:00 – 18:00 Uhr neuer Turnsaal / Halle 2 & 3

Trainer: Margit Lackner, Mathilda Wessely

#### **NEU!!! Jazztanz für Jungs & Mädels**

##### **1. – 4. Klasse Volksschule**

Mittwoch 15:30 – 16:30 Uhr alter Turnsaal

Trainerin: Mädy Langhoff

#### **Geräteturnen I**

##### **1. – 4. Klasse Volksschule**

Donnerstag 17:00 – 18:00 Uhr

neuer Turnsaal/Halle 3

#### **Geräteturnen II (Hauptschule)**

##### **4. – 8. Klasse Hauptschule**

Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr neuer Turnsaal/Halle 3

Trainer: Magdalena Anker, Martina Müllauer, Lisa Moser, Simone Anker, Laura Huber

## Jahresbeiträge 2024/2025:

<b>Erwachsene</b>		<b>Familienbeitrag incl. Leistungsriege</b>	<b>180,-€</b>
Teilnahme an einer Gruppe	<b>60,-€</b>	+ Beitrag Eintritt Innsola-Schwimmen	<b>130,-€</b>
Teilnahme an mehreren Gruppen	<b>90,- €</b>	+ Schwimmbeitrag	<b>55,-€</b>
		<b>Familienbeitrag ohne Leistungsriege</b>	<b>150,-€</b>
		Mutter/Vater/Kind Turnen (Mittwoch)	<b>70,-€</b>
<b>Kinder bis 15 Jahren</b>		<b>Leistungsriege</b>	
Teilnahme an einer Gruppe	<b>40,-€</b>	Teilnahme an einer Gruppe	<b>70,-€</b>
Teilnahme an mehreren Gruppen	<b>60,- €</b>	Teilnahme an mehreren Gruppen	<b>90,- €</b>
		+ Beitrag Eintritt Innsola-Schwimmen	<b>130,-€</b>
		+ Schwimmbeitrag	<b>55,-€</b>
<b>Karate</b>		<b>ToSox</b>	
Kinderkarate ab 8 Jahre	<b>130,-€</b>	eine Stunde	<b>9,-€</b>
Erwachsene	<b>180,-€</b>	Zehnerkarte	<b>79,-€</b>
		<b>Ganzkörpertraining</b>	
		eine Stunde	<b>9,-€</b>
		Zehnerkarte	<b>79,-€</b>
<b>Volleyball</b>			
Erwachsene	<b>80,-€</b>		

### HINWEIS!

Bitte verwenden Sie saubere Hallenschuhe (keine Straßenschuhe) mit hellen Sohlen, um den Hallenboden zu schonen.

Turnbetrieb: An schulfreien Tagen kann kein Training angeboten werden.

Info's hierzu finden Sie auf unserer Homepage – [www.turnverein-niederndorf.com](http://www.turnverein-niederndorf.com)

### Bitte beachten Sie folgendes:

- **Hausrecht liegt bei den Trainern: Vorgaben der Trainer befolgen**
- **Anmeldung erfolgt vor der jeweiligen Stunde (bitte kommen sie etwas früher vor Turnbeginn)**
- **Eltern und Begleitpersonen sollten längere Aufenthalte in der Halle bitte vermeiden.**
- **Beachten Sie alle News auf unserer Homepage!**

Sie haben Fragen – rufen Sie uns an:

Manuela Bloessl Tel.: +49 15254673038

Corinna Mayr Tel.: +43 6641316065