



# Klagenfurter Turnverein 1862



## TURNPLAN 2023/24

Turnbeginn: Montag, 18. September 2023

Anmeldungen direkt in den Turnstunden. Bei allen Angeboten 1 x kostenlose Schnuppermöglichkeit

\* = Spezial-Kurse mit Aufpreis => genauere Infos findet ihr unter [www.klagenfurter-turnverein.at](http://www.klagenfurter-turnverein.at)

### TURNEN

#### Montag und Donnerstag

Mädchen I		6-7 Jahre	16:00-17:00	Benediktinerschule
Mädchen II		8-10 Jahre	17:00-18:00	Benediktinerschule
Mädchen III		11-13 Jahre	18:00-19:00	Benediktinerschule
Jugend gem. Geräte & Aerial Hoop	nur Montag	14+ Jahre	19:00-20:00	Benediktinerschule
Turnen für Erwachsene	nur Montag	18+ Jahre	20:00-21:30	Benediktinerschule

#### Dienstag und Freitag

Kinderturnen I (mit Eltern)		3-4 Jahre	16:00-16:45	Benediktinerschule
Kinderturnen II		4-5 Jahre	16:45-17:30	Benediktinerschule
Buben I		6-9 Jahre	17:30-18:30	Benediktinerschule
Buben II		10-13 Jahre	18:30-19:30	Benediktinerschule

#### Mittwoch

* Eltern-Kind-Turnen		ab 1-3 Jahre	08:30-09:15	GYM Herbergtarten
----------------------	--	--------------	-------------	-------------------

#### Donnerstag

* Eltern-Kind-Turnen I (Vroni Beuthe)		ab 1-3 Jahre	09:00-09:45	Benediktinerschule
* Eltern-Kind-Turnen II (Vroni Beuthe)		ab 1-3 Jahre	09:45-10:30	Benediktinerschule

#### Freitag

*Eltern-Kind-Turnen (Nina Illgoutz/bereits ausgebucht)		1-3 Jahre	15:15-16:00	Sporthalle Waidmannsdorf
Kinder Erlebnisturnen (Nina Illgoutz/bereits ausgebucht)		3-5 Jahre	16:00-16:45	Sporthalle Waidmannsdorf
Riesentrampolin, Minitrampolin		12+ Jahre	19:30-21:00	Benediktinerschule

### FIT & GYM

#### Montag

*Bodyfit für alle	Uli Bürger		09:00-10:00	GYM Herbergtarten
-------------------	------------	--	-------------	-------------------

#### Dienstag

*Daily-Fit	Barbara Hipp		08:00-09:15	GYM Herbergtarten
Koordinativ- und Fitgymnastik	Margret Wadl		17:00-18:00	GYM Herbergtarten
Fit in den Winter	Nina Illgoutz		18:00-19:00	Bachmann Gymnasium
*Barre-Yoga-Workout Turn-up-the-head	Helga Studenroth		19:30-20:30	GYM Herbergtarten
Athletik/Stabilisation/Stretch.		14+ Jahre	19:30-20:15	Benediktinerschule
Hockey		18+ Jahre	20:30-21:30	Benediktinerschule

#### Dienstag und Freitag

Hobby Basketball		18+ Jahre	18:00-19:30	GYM Herbergtarten
------------------	--	-----------	-------------	-------------------

#### Mittwoch

Damen 60+ Turnen & Gymnastik	Helga Studenroth		16:30-17:30	Kl. Gym Herbergtarten
FIT für den Alltag - Gymnastik	Christina Kirchauer		16:45-17:45	GYM Herbergtarten
Full Body Workout	H.Studenroth/A.Mayrobnig		18:00-19:00	Benediktinerschule
(Power-) Yoga meets Functional Training	Helga Studenroth		19:10-20:40	Benediktinerschule
Yoga - Körper und Entspannungstraining	Friedel Triebnig		18:00-19:30	Westschule (Nord))
Problemzonen- und Wirbelsäulengymnastik	Hanni Legner		19:15-20:45	GYM Herbergtarten

#### Donnerstag

Nordic-Walking (Auskunft: 0664/5252421)	Annemarie Schnabl		09:00-10:30	Kreuzbergl 1. Teich
*Step&Dance, Schwitzen zu heißen Rhythmen	Uli Bürger		19:30-20:45	GYM Herbergtarten

#### Freitag

*Move in Balance (Guten-Morgen Gymnastik)	Uli Bürger		08:00-09:15	GYM Herbergtarten
---	------------	--	-------------	-------------------

#### Samstag

Zumba	Ramon Lopez		09:30-10:30	GYM Herbergtarten
-------	-------------	--	-------------	-------------------

### LEISTUNGSSPORT

(2 x wöchentlich verpflichtend | Vorkenntnisse unbedingt erforderlich!)

Turn10	<u>Dienstag und Donnerstag</u>	6-10 Jahre	16:30-18:30	Sporthalle Waidmannsdorf
Turn10	<u>Dienstag</u>	11+ Jahre	18:30-20:30	Sporthalle Waidmannsdorf
Turn10	<u>Freitag</u>	11+ Jahre	16:30-18:30	Sporthalle Waidmannsdorf
TeamTurnen	<u>Dienstag</u>	11+ Jahre	19:00-21:00	Turnleistungszentrum
TeamTurnen	<u>Donnerstag</u>	11+ Jahre	17:30-19:30	GYM Herbergtarten
TeamTurnen	<u>Freitag</u>	11+ Jahre	18:30-20:30	Sporthalle Waidmannsdorf
Kunstturnen	<u>2-5 Trainings/Woche</u>	4+ Jahre	Kaderauswahl	Turnleistungszentrum