



g.sundheits
werkstatt

Kursprogramm 2023/24

Bewegung
so einzigartig wie DU



Locker am Hocker

KOSTENLOS

MO 17:30

- Rehasentrum, Turnhalle
- Start: 02.10.2023
- Mit Sylvia Ganser.



g.sund und beweglich

KOSTENLOS

MO 18:30

- Rehasentrum, Turnhalle
- Start: 02.10.2023
- Mit Sylvia Ganser.



Beweg dich - Gesunder Rücken

KOSTENLOS. Anmeldung: www.aktivgruppen.at

MO 19:30

DO 17:30

- Rehasentrum, Turnhalle
- Start: 11.09.2023
- Mit Sylvia Ganser.
- Rehasentrum, Turnhalle
- Start: 14.09.2023
- Mit Sylvia Ganser.

Yin Yoga

Di 18:30

- Rehasentrum, Turnhalle
- Start: 03.10.2023
- Mit Michaela Lechner.



Power & Bauch !NEU!

MI 18:00

- Rehasentrum, Turnhalle
- Start: 27.09.2023
- Mit Victoria König.



TRX !NEU!

MI 19:00

- Rehasentrum, Turnhalle
- Start: 27.09.2023
- Mit Victoria König.



Anmeldung, begrenzte TN-Zahl!

Schitourenfit !NEU!

DO 19:30

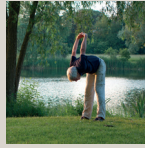
- Rehasentrum, Turnhalle
- Start: 27.09.2023
- Mit Laura Schmid.



Anmeldung, begrenzte TN-Zahl!

g.sunder Rücken

DO 18:30



- Rehazentrum, Turnhalle
- Start: 05.10.2023
- Mit Sylvia Ganser.

Jenbach

Kort.X®

MI 18:00



- Bewegungsraum Jenbach
- Start: 04.10.2023
- Mit Judith Steinlechner.

Anmeldung, begrenzte TN-Zahl!

Zumba®

MI 19:00



- Bewegungsraum Jenbach
- Start: 04.10.2023
- Mit Judith Steinlechner.

Anmeldung, begrenzte TN-Zahl!

Preise

Mitgliedsbeitrag
pro Jahr € 24

Einheiten
10er-Block € 90

Gültig für alle Einheiten.
Inkl. Aqua-GYM im Atoll.

g.sunde Karte 2023/24
1 Karte für alles € 384
gültig 01.09.23-31.08.24

Besuche so viel und so oft du willst
alle unsere Kurse. Inkl. Aqua-GYM im Atoll.

Einzahlung VOR dem ersten Kursbesuch
auf unser Vereinskonto unter
Angabe des Namens + „g.sunde Karte 23/24“

Foto und eigene Postanschrift per Mail an
kassier@gsundheitswerkstatt.com

oder per Post an
g.sundheitswerkstatt,
z. H. Philipp Praxmarer,
Frax 514, 6232 Münster

Genaue Beschreibung der Kurse auf unserer Homepage.

Kort.X® - Frühstück

FR 08:00



- Kindergarten, Turnhalle
- Start: 06.10.2023
- Mit Sylvia Ganser.

Eben

Aqua-Gym

MI 09:00

SO 09:00



- Atoll, Achensee
- Start: 13.09.2023
- Mit Team Atoll.
- Atoll, Achensee
- Start: 17.09.2023
- Mit Team Atoll.

Anmeldung erforderlich; 05243/2032040

Rock den Hocker, 2 Generationen

KOSTENLOS.

Zuschauer und Mittänzer*innen willkommen.

DI 14:45

- Sozialzentrum Münster, 2. Stock
- monatlich (Termine auf unserer Homepage)
- Mit Judith Steinlechner.

Brixlegg

Rock den Hocker, Tagesbetreuung

KOSTENLOS.

Geschlossene Gruppe.

MI 14:30

- Tagesbetreuung Brixlegg
- monatlich (Termine auf unserer Homepage)
- Mit Petra Praxmarer.

Wusstest du, dass.....

...unsere kostenlosen Kurse mit sozialem Hintergrund durch deinen Kursbesuch finanziert werden?

...du jederzeit Wertgutscheine verschenken kannst?

...du mit einer zweckgewidmeten Spende bestimmte Einheiten unterstützen kannst?

...dass unsere 10er-Blöcke für all unsere Einheiten gelten?



g.sundheitswerkstatt
Frax 514
6232 Münster
ZVR-Nummer: 351839091

+43 680 2347172
info@gsundheitswerkstatt.com
www.gsundheitswerkstatt.com
Facebook: g.sundheitswerkstatt
Instagram: g.sundheitswerkstatt

Sparkasse Münster
IBAN AT08 2050 8000 0002 5874

Danke an unsere Sponsoren

