

KURSE HERBST 2021
ROT = KURSTAGE DIE ENTFALLEN / GRÜN = ERSATZ-KURSTAGE

KURSORT	KURSBEZEICHNUNG	KURSTAG / KURSZEIT	KURSEINHEITEN															
ASTEN	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Mittwoch, jeweils 17.00-17.50 Uhr	22.09	29.09	6.10	13.10	20.10	27.10	3.11	10.11	17.11	24.11	01.12	8.12	15.12	22.12	12.01.	
ASTEN	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Mittwoch, jeweils 18.00-19.00 Uhr	22.09	29.09	6.10	13.10	20.10	27.10	3.11	10.11	17.11	24.11	01.12	8.12	15.12	22.12	12.01.	
GASPOLTHOFEN	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Dienstag, jeweils 16.20-17.10 Uhr	21.09	28.09	5.10	12.10	19.10	26.10	2.11	9.11	16.11	23.11	30.11	07.12	14.12			
GASPOLTHOFEN	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Dienstag, jeweils 17.20-18.20 Uhr	21.09	28.09	5.10	12.10	19.10	26.10	2.11	9.11	16.11	23.11	30.11	07.12	14.12			
HASLACH	FitnessTRAINING	Montag, jeweils 19.30-20.30 Uhr	20.09	27.09	4.10	11.10	18.10	25.10	01.11	08.11	15.11	22.11	29.11	06.12	13.12	20.12		
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	RückenFitness	Montag, jeweils 18.00-19.00 Uhr	20.09	27.09	4.10	11.10	18.10	25.10	01.11	08.11	15.11	22.11	29.11	06.12	13.12			
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	BodyWork (Bauch.Bein.Po)	Montag, jeweils 19.00-20.00 Uhr	20.09	27.09	4.10	11.10	18.10	25.10	01.11	08.11	15.11	22.11	29.11	06.12	13.12			
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	Aktiv und Gesund 50Plus	Dienstag, jeweils 09.00-10.00 Uhr	21.09	28.09	5.10	12.10	19.10	26.10	2.11	9.11	16.11	23.11	30.11	07.12	14.12			
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	Aktiv und Gesund 50Plus	Dienstag, jeweils 16.00-17.00 Uhr		28.09	5.10	12.10	19.10	26.10	2.11	9.11	16.11	23.11	30.11	07.12	14.12	21.12	11.1.	18.1.
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	RückenFitness	Dienstag, jeweils 17.30-18.30 Uhr		28.09.	5.10	12.10	19.10	26.10	2.11	9.11	16.11	23.11	30.11	07.12	14.12	21.12	11.1.	18.1.
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	BodyWork (Bauch.Bein.Po)	Dienstag, jeweils 18.30-19.30 Uhr	21.09	28.09	5.10	12.10	19.10	26.10	2.11	9.11	16.11	23.11	30.11	07.12	14.12			
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	YOGA MIX (für Anfänger / Fortgeschrittene)	Dienstag, jeweils 19.30-20.30 Uhr	21.09	28.09	5.10	12.10	19.10	26.10	2.11	9.11	16.11	23.11	30.11	07.12	14.12			
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	RückenFitness	Mittwoch, jeweils 18.00-19.00 Uhr	22.09	29.09	6.10	13.10	20.10	27.10	3.11	10.11	17.11	24.11	01.12	8.12	15.12			
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	FitnessTRAINING	Mittwoch, jeweils 19.00-20.00 Uhr	22.09	29.09	6.10	13.10	20.10	27.10	3.11	10.11	17.11	24.11	01.12	8.12	15.12			
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	YOGA mit YARA (Hatha Yoga)	Donnerstag, jeweils 17.30-18.30 Uhr	23.09	30.09	07.10	14.10	21.10	28.10	04.11	11.11	18.11	25.11	02.12	09.12	16.12			
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	YOGA mit YARA (Hatha Yoga)	Donnerstag, jeweils 18.45-19.45 Uhr	23.09	30.09	07.10	14.10	21.10	28.10	04.11	11.11	18.11	25.11	02.12	09.12	16.12			
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	RückenFitness	Montag, jeweils 18.30-19.30 Uhr	20.09	27.09	4.10	11.10	18.10	25.10	01.11	08.11	15.11	22.11	29.11	06.12	13.12	20.12		
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	BodyWork (Bauch.Bein.Po)	Montag, jeweils 19.30-20.30 Uhr	20.09	27.09	4.10	11.10	18.10	25.10	01.11	08.11	15.11	22.11	29.11	06.12	13.12	20.12		
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	Aktiv und Gesund 50Plus	Mittwoch, jeweils 09.00-10.00 Uhr	22.09	29.09	6.10	13.10	20.10	27.10	3.11	10.11	17.11	24.11	01.12	8.12	15.12	22.12		
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Donnerstag, jeweils 15.00-15.50 Uhr	23.09	30.09	07.10	14.10	21.10	28.10	04.11	11.11	18.11	25.11	02.12	09.12	16.12	23.12.		
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Donnerstag, jeweils 16.00-17.00 Uhr	23.09	30.09	07.10	14.10	21.10	28.10	04.11	11.11	18.11	25.11	02.12	09.12	16.12	23.12.		
SIPBACHZELL	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Mittwoch, jeweils 17.00-18.00 Uhr	22.09	29.09	6.10	13.10	20.10	27.10	3.11	10.11	17.11	24.11	01.12	8.12	15.12	22.12	12.01	19.01.
SIPBACHZELL	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Donnerstag, jeweils 16.00-16.50 Uhr	23.09	30.09	07.10	14.10	21.10	28.10	04.11	11.11	18.11	25.11	02.12	9.12	16.12	23.12	13.01	20.01
St.AGATHA	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Donnerstag, jeweils 16.00-16.50 Uhr	23.09	30.09	07.10	14.10	21.10	28.10	04.11	11.11	18.11	25.11	02.12	09.12	16.12			
St.AGATHA	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Donnerstag, jeweils 17.00-18.00 Uhr	23.09	30.09	07.10	14.10	21.10	28.10	04.11	11.11	18.11	25.11	02.12	09.12	16.12			
STEYR	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Montag, jeweils 16.15-17.05 Uhr	20.09	27.09	4.10	11.10	18.10	25.10	01.11	08.11	15.11	22.11	29.11	06.12	13.12			
STEYR	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Montag, jeweils 17.15-18.15 Uhr	20.09	27.09	4.10	11.10	18.10	25.10	01.11	08.11	15.11	22.11	29.11	06.12	13.12			
STEYR	RückenFitness	Montag, jeweils 18.30-19.30 Uhr	20.09	27.09	4.10	11.10	18.10	25.10	01.11	08.11	15.11	22.11	29.11	06.12	13.12			
WEIBERN	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Donnerstag, jeweils 16.00-17.00 Uhr	23.09	30.09	07.10	14.10	21.10	28.10	04.11	11.11	18.11	25.11	02.12	09.12	16.12			