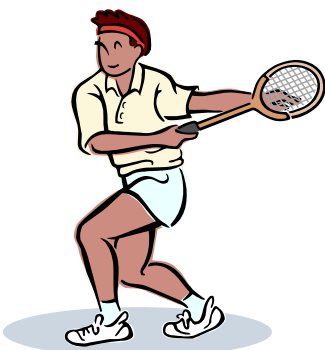
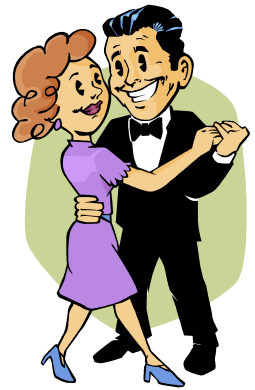


Bewegungsangebote in Krieglglach



Liebe Krieglacherinnen und Krieglacher,
liebe Sportinteressierte!

Bewegung und Fitness sind außerordentlich wichtige „Wohlfühlfaktoren“, denn eine Redewendung lautet, dass „in einem gesunden Körper ein gesunder Geist wohnt“.

Die Marktgemeinde Krieglach versteht sich als Förderer des Sports und hat in den letzten Jahren enorme finanzielle Mittel für die Adaptierung, Verbesserung und vor allem Neuerrichtung von Sportstätten zur Verfügung gestellt.

Das **Sportzentrum mit Kunstrasenplatz, Stocksporthalle und dreiteiliger Sporthalle ist wortwörtlich das Zentrum des Sports in Krieglach** geworden und steht den einheimischen Vereinen gratis zur Verfügung, genauso wie die **Turnsäle in der Volksschule und in der Neuen Mittelschule**. Die Wichtigkeit regelmäßiger Bewegung für alle Altersschichten ist längst wissenschaftlich erwiesen und wir freuen uns, dass wir mit den modernen Sportanlagen für **nahezu alle Sportarten**, vom Tanzen, über Volley- und Fußball bis hin zum Sportklettern, die **idealen Voraussetzungen anbieten können**.

Die vorliegende Broschüre soll **allen Sportinteressierten ein wertvolles Nachschlagewerk** sein und eine unkomplizierte Kontaktaufnahme mit den zuständigen Ansprechpersonen ermöglichen. Wir wünschen aber auch allen, die bisher auf regelmäßige Bewegung verzichtet haben, dass sie **Gefallen an dem einen oder anderem Angebot finden und ihren Körper in Schwung bringen**.

Viel Freude bei der Ausübung „Ihres“ Sports wünscht Ihnen



Bürgermeister der
Marktgemeinde Krieglach



Sportausschussobmann der
Marktgemeinde Krieglach

Für Kinder

Fußball

Anbieter: EKRO TUS Krieglach-Fußball, Werkstraße 45, ewald.rami@twin.at,
www.krieglach-fussball.at
Wochentag: von Montag bis Freitag
Ort: Sportzentrum Krieglach
Uhrzeit: 16.00 bis 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Mitgliedsbeitrag derzeit € 50,-
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Sportbekleidung, Fußballschuhe
Übungsleiter: Obmann Ewald Rami, Tel.: 0664/88679180,
Jugendleiter Christian Burger, Tel.: 0699/11518090 und
Heimo Neuburger Tel.: 0664/1121242

Klettern

Anbieter: Österreichischer Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,
oeav.krieglach@tele2.at, www.alpenverein.at
Wochentag: Donnerstag
Ort: Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: 17.00 bis 19.00 Uhr
Wann im Jahr: während der Schulzeiten
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung, Hallen-/Kletterschuhe
Übungsleiter: Obmann Sepp Pagger, Tel.: 03855/3993 oder 0664/2016075

Mountainbiken

Anbieter: MBC-Krieglach, Alexander Csamay, Aichfeld 71,
Tel.: 0660/5876712
Wochentag: am Wochenende von Mai bis September, alle 14 Tage
Ort: im Freien
Uhrzeit: Abfahrt zwischen 8.00 und 9.00 Uhr (wird ausgeschrieben)
Wann im Jahr: Sommer
Kosten: Mitgliedsbeitrag: € 20,-/Jahr
Teilnehmeranzahl: ~ 5 bis 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: Radbekleidung, Mountainbike

Skifahren

Turnen, Skifahren für Kinder ab 6 Jahre

Anbieter: Skiteam TUS Krieglach, Waldstraße 27, skiteam.krieglach@twin.at,
www.skiteam-krieglach.at

Wochentag: Montag und Freitag

Ort: ab Mitte September Turnsaal Volksschule

Uhrzeit: montags: 17.00 bis 18.00 Uhr, freitags: 16.30 bis 18.00 Uhr, Schneetraining Mittwoch und Freitag ab 14.00 Uhr, nach Schneelage umliegende Skigebiete. Termin für normales Skifahren ohne Torstangen kann nach Absprache mit Heinz Koller Dienstag, Mittwoch und Freitag stattfinden.

Wann im Jahr: ab Mitte September bis Ende März

Kosten: Vereinsmitgliedschaft inkl. ÖSV – Näheres siehe Homepage

Teilnehmeranzahl: ~ 20 bis 30 Teilnehmer

erford. Kleidung: Turngewand und Hallenschuhe, Skiausrüstung

Übungsleiter: Obmann Heinz Koller, Tel.: 0664/4900114, Übungsleiter Franz Hofbauer und Markus Schafferhofer

Spielen/Turnen

Mit allen Sinnen – Kinderstunde (4 bis 7 Jahre)

Anbieter: Frau Lydia Maierhofer, mit.allen.sinnen@gmx.at

Wochentag: Donnerstag

Ort: Sporthalle Krieglach, Bewegungsraum

Uhrzeit: 17.00 bis 18.00 Uhr

Wann im Jahr: ab November, 10 Einheiten

Kosten: € 60,-

Teilnehmeranzahl: 6 bis 12 Teilnehmer

erford. Kleidung: bequeme Kleidung und rutschfeste Socken

Übungsleiter: Frau Lydia Maierhofer, Tel.: 0699/19 72 82 91

Piccolos/Piccolinis in Krieglach – Eltern/Großeltern-Kind Gruppe (1 - 5 Jahre)

Anbieter: Eltern-Kind-Zentrum Mürztal, Mitterdorf, [ekiz-muerztal@kinderfreunde-steiermark.at](mailto:muerztal@kinderfreunde-steiermark.at)

Wochentag: Donnerstag

Ort: Sporthalle Krieglach

Uhrzeit: 9.00 bis 10.30 Uhr

Wann im Jahr: ganzes Jahr (außer Schulferien und in den Pausenwochen des EKiz)

Kosten: € 35,- (ermäßigt € 33,-)

Teilnehmeranzahl: ~ 25 Kinder + Erwachsene

erford. Kleidung: -

Übungsleiter: Frau Sabine Ellmeier, Tel.: 0664/8055329

Ramba Zamba - Kinderstunde mit lustigen Choreografien und Spielen (4 - 10 Jahre)

Anbieter: Freizeit Sport Aktiv Krieglach, Andrea Sonnlichler, Gölksiedl. III/4, fsa.sonnlichler@gmail.com; www.freizeitsportaktiv.at
Wochentag: Dienstag
Ort: Sporthalle (Halle 2)
Uhrzeit: 16.00 bis 17.00 Uhr (4 - 6 Jahre) 17.00 bis 18.00 Uhr (6 - 10 Jahre)
Wann im Jahr: September bis Mai (außer Schulferien)
Kosten: € 30,- für 10 Einheiten
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Kinder
erford. Kleidung: Turnbekleidung, Turnschuhe, Trinkflasche
Übungsleiter: Schwaiger Tanja, Tel.: 0676/41 04 646

Sportliche Aktivitäten, organisiert von den Freiwilligen Feuerwehren

Anbieter: Freiwillige Feuerwehr Freßnitz, Freßnitz 16, kdo.004@bfvmz.steiermark.at, www.ff-fressnitz.at
Wochentag: Samstag und Sonntag; Training Montag bis Freitag
Ort: Im Freien; Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: je nach Plan; in der Sporthalle donnerstags ab 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: keine Kosten (Feuerwehrmitgliedschaft erforderlich)
Teilnehmeranzahl: 10 Teilnehmer und mehr
Zielgruppe: für Kinder von 10 bis 12 Jahren
erford. Kleidung: Sportausrüstung, Uniform
Übungsleiter: Kommandant: Johann Eder-Schützenhofer, Tel.: 0676/9342229;
Jugendbeauftragter: Julia Pfleger, Julian Eder-Schützenhofer;
Sportbeauftragter: Robert Pusterhofer, Andreas Hofbauer

Anbieter: Freiwillige Feuerwehr Krieglach, Alplstraße 49, kommando@ff-krieglach.at, www.ff-krieglach.at
Wochentag: Montag bis Sonntag, nach Bedarf und Vereinbarung
Ort: Ganzjährig vorwiegend im Freien, nach Bedarf und Einteilung;
in den Wintermonaten Freitag 17.00 Uhr bis 20.00 Uhr im Turnsaal
Neue Mittelschule Krieglach
Uhrzeit: Vorwiegend ab 17.00 Uhr im Winter, ab 18.00 Uhr im Sommer und
flexibel nach Vereinbarung
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Zeit (Freizeit) für die Allgemeinheit
Teilnehmerzahl: je nach Betätigung zwischen 8 und 30 Teilnehmer
erford. Kleidung: wird teilweise zur Verfügung gestellt, sonst Sportbekleidung
Übungsleiter: Kommandant: Mag. Otto Fritz, Tel.: 0664/1413762;
Kommandant-Stv.: Herbert Schwaiger, Tel.: 0664/8550313;
Jeweiliger Beauftragter für Sport, Jugend und Ausbildung

Tanzen

Show- und Gardetanz

Anbieter: Dance Company Krieglach, Schwöbing 17,
sportking_ltd@yahoo.de
Wochentag: Freitag
Ort: Grazer Straße 34, bei Bedarf Turnsaal
Uhrzeit: 17.00 bis 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Mitgliedsbeitrag: € 30,-/Jahr
Teilnehmeranzahl: 20 Teilnehmer
erford. Kleidung: Sportbekleidung
Übungsleiter: Obmann Andreas Koiser, Tel.: 0676/7214368

Tennis

Anbieter: Tennisclub TUS Krieglach, Werkstraße, wutzi.kurt@aon.at
Wochentag: nach Terminvereinbarung
Ort: Mai bis September im Freien, Oktober bis April in der Mürzzuschlager
Tennishalle und in der Krieglacher Sporthalle
Uhrzeit: nach Terminvereinbarung
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: € 40,- Mitgliedsbeitrag für Kinder u. Jugendliche für die Freisaison
inkl. Training
Teilnehmeranzahl: 40 Teilnehmer
erford. Kleidung: Tennisschuhe, Sportbekleidung (Schläger und Bälle werden zur
Verfügung gestellt
Übungsleiter: Kurt Wutzi, staatlich geprüfter Tennislehrer mit ÖTV Lizenz,
Tel.: 0664/7672702

Turnen

Eltern-Kind-Turnen

Anbieter: Volkshochschule Bruck-Mürzzuschlag, Schillerstraße 22, 8600
Bruck/Mur und Bleckmannngasse 8, 8680 Mürzzuschlag,
emese.kiendler@akstmk.at, www.vhsstmk.at
Wochentag: Dienstag
Ort: Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: 15.00 bis 16.00 Uhr, 16.00 bis 17.00 Uhr
Wann im Jahr: 10 x pro Semester
Kosten: € 60,-
Teilnehmeranzahl: ~ 30 bis 35 Teilnehmer
Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern von ca. 1 -2 Jahren bzw. 2 -8 Jahren
erford. Kleidung: bequeme, bewegungsfreudige Kleidung, rutschfeste Socken oder
Hallenschuhe
Übungsleiter: Frau Ellmeier Sabine, Tel.Nr. 0699/19215798

Wandern

Bergtouren, Schitouren

Anbieter: Österr. Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,
oeav.krieglach@tele2.at, www.alpenverein.at

Wochentag: nach Tourenplan

Ort / Uhrzeit: nach Tourenplan

Wann im Jahr: 1x pro Monat

Kosten: -

Teilnehmeranzahl: ~ 10 Teilnehmer

erford. Kleidung: Schitouren-/Bergausrüstung

Übungsleiter: Obmann Sepp Pagger, Tel.: 03855/3993 oder 0664/2016075

Für Jugendliche

Fußball

Anbieter: EKRO TUS Krieglach-Fußball, Werkstraße 45, ewald.rami@twin.at,
www.krieglach-fussball.at
Wochentag: von Montag bis Freitag
Ort: Sportzentrum Krieglach
Uhrzeit: 16.00 bis 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Mitgliedsbeitrag derzeit € 50,-
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Sportbekleidung, Fußballschuhe
Übungsleiter: Obmann Ewald Rami, Tel: 0664/88679180,
Jugendleiter Christian Burger, Tel.: 0699/11518090 und
Heimo Neuburger Tel.: 0664/1121242

Fußball, Völkerball, Volleyball, lustige Spiele im Turnsaal

Anbieter: Landjugend Krieglach, Obm. Jakob Karner,
karner@schule-raumberg.at, karner.jak@gmail.com, www.ljkrieglach.at
Wochentag: Samstag
Ort: Turnsaal Neue Mittelschule
Uhrzeit: 18.30 bis 20.30 Uhr
Wann im Jahr: Winter
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnkleidung
Übungsleiter: Obmann Jakob Karner, Tel.: 0699/11117810;
Sportwart: Laurenz Täubl, Tel.: 0664/3543547

Hallenfußball

Anbieter: SK Gölk Krieglach (gemeinnütziger Verein), robert-breuer@hotmail.com, www.sk-goelk.at
Wochentag: keine fixen Termine
Wann im Jahr: Winter
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 8 Teilnehmer
erford. Kleidung: Hallenschuhe
Übungsleiter: kein Übungsleiter,
Informationen unter Tel.: robert-breuer@hotmail.com

Klettern

Anbieter: Österr. Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,
oeav.krieglach@tele2.at, www.alpenverein.at
Wochentag: Donnerstag
Ort: Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: 17.00 bis 19.00 Uhr
Wann im Jahr: während der Schulzeiten
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung, Hallen-/Kletterschuhe
Übungsleiter: Obmann Sepp Pagger, Tel.: 03855/3993 oder 0664/2016075

Mountainbiken

Anbieter: MBC-Krieglach, Alexander Csamay, Aichfeld 71,
Tel.: 0660/5876712
Wochentag: am Wochenende von Mai bis September, alle 14 Tage
Ort: im Freien
Uhrzeit: Abfahrt zwischen 8.00 und 9.00 Uhr (wird ausgeschrieben)
Wann im Jahr: Sommer
Kosten: Mitgliedsbeitrag: € 20,-/Jahr
Teilnehmeranzahl: ~ 5 bis 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: Radbekleidung, Mountainbike

Skifahren

Turnen, Skifahren

Anbieter: Skiteam TUS Krieglach, Waldstraße 27, skiteam.krieglach@twin.at,
www.skiteam-krieglach.at
Wochentag: Montag und Freitag
Ort: ab Mitte September Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: montags: 17.00 bis 18.00 Uhr, freitags: 16.30 bis 18.00 Uhr,
Schneetraining Mittwoch und Freitag ab 14.00 Uhr, nach Schneelage
umliegende Skigebiete. Termin für normales Skifahren ohne
Torstangen kann nach Absprache mit Heinz Koller Dienstag, Mittwoch
und Freitag stattfinden.
Wann im Jahr: ab Mitte September bis Ende März
Kosten: Vereinsmitgliedschaft inkl. ÖSV – Näheres siehe Homepage
Teilnehmeranzahl: ~ 20 bis 30 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turngewand und Hallenschuhe, Skiausrüstung
Übungsleiter: Obmann Heinz Koller, Tel.: 0664/4900114, Übungsleiter Franz
Hofbauer und Markus Schafferhofer

Sportliche Aktivitäten, organisiert von den Freiwilligen Feuerwehren

Anbieter: Freiwillige Feuerwehr Freßnitz, Freßnitz 16, kdo.004@bfvmz.steiermark.at, www.ff-fressnitz.at
Wochentag: Samstag und Sonntag; Training Montag bis Freitag
Ort: Im Freien; Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: je nach Plan; in der Sporthalle donnerstags ab 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: keine Kosten (Feuerwehrmitgliedschaft erforderlich)
Teilnehmeranzahl: 10 Teilnehmer und mehr
Zielgruppe: für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren
erford. Kleidung: Sportausrüstung, Uniform
Übungsleiter: Kommandant: Johann Eder-Schützenhofer, Tel.: 0676/9342229;
Jugendbeauftragter: Julia Pfleger, Julian Eder-Schützenhofer;
Sportbeauftragter: Robert Pusterhofer, Andreas Hofbauer

Anbieter: Freiwillige Feuerwehr Krieglach, Alplstraße 49, kommando@ff-krieglach.at, www.ff-krieglach.at
Wochentag: Montag bis Sonntag, nach Bedarf und Vereinbarung
Ort: Ganzjährig vorwiegend im Freien, nach Bedarf und Einteilung;
in den Wintermonaten Freitag 17.00 Uhr bis 20.00 Uhr im Turnsaal
Neue Mittelschule Krieglach
Uhrzeit: Vorwiegend ab 17.00 Uhr im Winter, ab 18.00 Uhr im Sommer und
flexibel nach Vereinbarung
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Zeit (Freizeit) für die Allgemeinheit
Teilnehmerzahl: je nach Betätigung zwischen 8 und 30 Teilnehmer
erford. Kleidung: wird teilweise zur Verfügung gestellt, sonst Sportbekleidung
Übungsleiter: Kommandant: Mag. Otto Fritz, Tel.: 0664/1413762;
Kommandant-Stv.: Herbert Schwaiger, Tel.: 0664/8550313;
Jeweiliger Beauftragter für Sport, Jugend und Ausbildung

Tanzen

Show- und Gardetanz

Anbieter: Dance Company Krieglach, Schwöbing 17,
sportking_ltd@yahoo.de
Wochentag: Freitag
Ort: Grazer Straße 34, bei Bedarf Turnsaal
Uhrzeit: 17.00 bis 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Mitgliedsbeitrag: € 30,-/Jahr
Teilnehmeranzahl: 20 Teilnehmer
Zielgruppe: Kinder, Jugendliche Erwachsene
erford. Kleidung: Sportbekleidung
Übungsleiter: Obmann Andreas Koiser, Tel.: 0676/7214368

Tennis

Anbieter: Tennisclub TUS Krieglach, Werkstraße, wutzi.kurt@aon.at
Wochentag: nach Terminvereinbarung
Ort: Mai bis September im Freien, Oktober bis April in der Mürzzuschlager
Tennishalle und Krieglacher Sporthalle
Uhrzeit: nach Terminvereinbarung
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: € 40,- Mitgliedsbeitrag für Kinder und Jugendliche für die Freisaison
inkl. Training
Teilnehmeranzahl: 40 Teilnehmer (Jugend)
erford. Kleidung: Tennisschuhe, Sportbekleidung (Schläger und Bälle werden zur
Verfügung gestellt)
Übungsleiter: Kurt Wutzi, staatlich geprüfter Tennislehrer mit ÖTV Lizenz,
Tel.: 0664/7672702

Wandern

Bergtouren, Schitouren

Anbieter: Österr. Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,
oeav.krieglach@tele2.at, www.alpenverein.at

Wochentag: nach Tourenplan

Ort: nach Tourenplan

Uhrzeit: nach Tourenplan

Wann im Jahr: 1x pro Monat

Kosten: -

Teilnehmeranzahl: ~ 10 Teilnehmer

erford. Kleidung: Schitouren-/Bergausrüstung

Übungsleiter: Obmann Sepp Pagger, Tel.: 03855/3993 oder 0664/2016075

Für Erwachsene

Badminton

Badminton für Männer ab 20

Anbieter: Werner Zahradnik
Wochentag: Montag
Ort: Turnsaal Neue Mittelschule
Uhrzeit: 18.15 bis 20.00 Uhr
Wann im Jahr: während der Schulzeit
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 6 Teilnehmer
erford. Kleidung: Sportbekleidung, Turnschuhe
Übungsleiter: Werner Zahradnik

Basketball

Anbieter: Österr. Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,
oeav.krieglach@tele2.at, www.alpenverein.at
Wochentag: Dienstag
Ort: Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: 20.15 bis 21.30 Uhr
Wann im Jahr: während der Schulzeiten
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 8 Teilnehmer
erford. Kleidung: Basketballschuhe
Übungsleiter: Obmann Sepp Pagger, Tel.: 03855/3993 oder 0664/2016075

Fußball

Anbieter: EKRO TUS Krieglach-Fußball, Werkstraße 45, ewald.rami@twin.at,
www.krieglach-fussball.at
Wochentag: von Montag bis Freitag
Ort: Sportzentrum Krieglach
Uhrzeit: 16.00 bis 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Mitgliedsbeitrag derzeit € 50,-
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Sportbekleidung, Fußballschuhe
Übungsleiter: Obmann Ewald Rami, Tel: 0664/88679180, Jugendleiter Christian Burger,
Tel.: 0699/11518090 und Heimo Neuburger Tel.: 0664/1121242

Anbieter: FC Waldheimat Gasthof Oswaldbauer, Neudörfel 15,
helmuth.lammer@twin.at
Wochentag: Freitag
Ort: Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: 20.00 bis 22.00 Uhr
Wann im Jahr: Winter
Kosten: -
erford. Kleidung: kurze Hose, Leiberl, Turnschuhe mit weißer Sohle
Übungsleiter: Obmann Helmuth Lammer

Fußball, Völkerball, Volleyball, lustige Spiele im Turnsaal

Anbieter: Landjugend Krieglach, Obm. Jakob Karner,
karner@schule-raumberg.at, karner.jak@gmail.com,
www.ljkrieglach.at

Wochentag: Samstag
Ort: Turnsaal Neue Mittelschule
Uhrzeit: 18.30 bis 20.30 Uhr
Wann im Jahr: Winter
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnkleidung
Übungsleiter: Obmann Jakob Karner, Tel.: 0699711117810;
Sportwart: Laurenz Täubl, Tel.: 0664/3543547

Hallenfußball

Anbieter: SK Gölk Krieglach (gemeinnütziger Verein), robert-breuer@hotmail.com, www.sk-goelk.at

Wochentag: keine fixen Termine
Wann im Jahr: Winter
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 8 Teilnehmer
erford. Kleidung: Hallenschuhe
Übungsleiter: kein Übungsleiter,
Informationen unter Tel.: robert-breuer@hotmail.com

Goaßlschnalzen

Anbieter: Mürztaler Goaßlschnalzer
Wochentag: Sonntag
Ort: Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: 19.30 bis 21.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: keine
Teilnehmeranzahl: ~ 7 bis 9 Teilnehmer
erford. Kleidung: bei Proben keine, sonst Tracht
Übungsleiter: Bernhard Sonnichler und Otto Pusterhofer, Tel.: 0664/8172709

Klettern

Anbieter: Österr. Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,
oeav.krieglach@tele2.at, www.alpenverein.at

Wochentag: Donnerstag
Ort: Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: 19.00 bis 21.00 Uhr
Wann im Jahr: während der Schulzeiten
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung, Hallen-/Kletterschuhe
Übungsleiter: Obmann Sepp Pagger, Tel.: 03855/3993 oder 0664/2016075

Mountainbiken

Anbieter: MBC-Krieglach, Alexander Csamay, Aichfeld 71,
Tel.: 0660/5876712
Wochentag: am Wochenende von Mai bis September, alle 14 Tage
Ort: im Freien
Uhrzeit: Abfahrt zwischen 8.00 und 9.00 Uhr (wird ausgeschrieben)
Wann im Jahr: Sommer
Kosten: Mitgliedsbeitrag: € 20,-/Jahr
Teilnehmeranzahl: ~ 5 bis 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: Radbekleidung, Mountainbike

Sportliche Aktivitäten, organisiert von den Freiwilligen Feuerwehren

Anbieter: Freiwillige Feuerwehr Freßnitz, Freßnitz 16, kdo.004@bfvmz.steiermark.at, www.ff-fressnitz.at
Wochentag: Samstag und Sonntag; Training Montag bis Freitag
Ort: Im Freien; Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: je nach Plan; in der Sporthalle donnerstags ab 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: keine Kosten (Feuerwehrmitgliedschaft erforderlich)
Teilnehmeranzahl: 10 Teilnehmer und mehr
erford. Kleidung: Sportausrüstung, Uniform
Übungsleiter: Kommandant: Johann Eder-Schützenhofer, Tel.: 0676/9342229;
Jugendbeauftragter: Julia Pflieger, Julian Eder-Schützenhofer;
Sportbeauftragter: Robert Pusterhofer, Andreas Hofbauer

Anbieter: Freiwillige Feuerwehr Krieglach, Alplstraße 49, kommando@ff-krieglach.at, www.ff-krieglach.at
Wochentag: Montag bis Sonntag, nach Bedarf und Vereinbarung
Ort: Ganzjährig vorwiegend im Freien, nach Bedarf und Einteilung;
in den Wintermonaten Freitag 17.00 Uhr bis 20.00 Uhr im Turnsaal
Neue Mittelschule Krieglach
Uhrzeit: Vorwiegend ab 17.00 Uhr im Winter, ab 18.00 Uhr im Sommer und
flexibel nach Vereinbarung
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Zeit (Freizeit) für die Allgemeinheit
Teilnehmerzahl: je nach Betätigung zwischen 8 und 30 Teilnehmer
erford. Kleidung: wird teilweise zur Verfügung gestellt, sonst Sportbekleidung
Übungsleiter: Kommandant: Mag. Otto Fritz, Tel.: 0664/1413762;
Kommandant-Stv.: Herbert Schwaiger, Tel.: 0664/8550313;
Jeweiliger Beauftragter für Sport, Jugend und Ausbildung

Tanzen

Show- und Gardetanz

Anbieter: Dance Company Krieglach, Schwöbing 17,
sportking_ltd@yahoo.de
Wochentag: Freitag
Ort: Grazer Straße 34, bei Bedarf Turnsaal
Uhrzeit: freitags von 17.00 - 20.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Mitgliedsbeitrag: € 30,-/Jahr
Teilnehmeranzahl: 20 Teilnehmer
Zielgruppe: Kinder, Jugendliche Erwachsene
erford. Kleidung: Sportbekleidung
Übungsleiter: Obmann Andreas Koiser, Tel.: 0676/7214368

Tennis

Anbieter: Tennisclub TUS Krieglach, Werkstraße, wutzi.kurt@aon.at
Wochentag: nach Terminvereinbarung
Ort: Mai bis September im Freien, Oktober bis April in der Mürzzuschlager Tennishalle
Uhrzeit: nach Terminvereinbarung
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: € 110 Mitgliedsbeitrag pro Erwachsene; € 175,- Mitgliedsbeitrag für Familien
Teilnehmeranzahl: 60 Teilnehmer
erford. Kleidung: Tennisschuhe, Sportbekleidung (Schläger werden zur Verfügung gestellt)
Übungsleiter: Kurt Wutzi, staatlich geprüfter Tennislehrer mit ÖTV Lizenz, Tel.: 0664/7672702

Turnen

Beweglichkeit – Mobilisation mit Klang & Entspannung

Anbieter: Martina Grubbauer, Brahmweg 30/3, martina.grubbauer@bratlfettn.at
Wochentag: Dienstag
Ort: Turnsaal HLW
Uhrzeit: 17.30 Uhr
Wann im Jahr: aktuelle Termine bei Frau Grubbauer nachfragen
Kosten: 10er Block: € 70,-, (bei Kursstart) für alle Kurse von Martina (5 Stunden/Woche) flexibel verwendbar (€ 20,- werden von der Gesunden Gemeinde (Marktgemeinde Krieglach) retourniert)
Teilnehmeranzahl: max. 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: gemütliche Kleidung, Decke oder Handtuch
Übungsleiter: Martina Grubbauer, Tel.: 0664/1448942, dipl. Aerobic- und Fitness-trainerin, Iron System Instructor, deep Work Instructor, bodyART Instructor, reaktiv Walking Trainerin, Wellness- und Entspannungstrainerin

deepWORK (funktionelles Training – Ausdauer/Kraft/Koordination – Stress abbauen, Energie tanken)

Anbieter: Martina Grubbauer, Brahmweg 30/3, martina.grubbauer@bratlfettn.at
Wochentag: Montag
Ort: Turnsaal HLW
Uhrzeit: 19.10 Uhr
Wann im Jahr: September bis Mai
Kosten: 10er Block: € 70,-, 20er Block: € 130,- (bei Kursstart) für alle Kurse von Martina (5 Stunden/Woche) flexibel verwendbar (€ 20,- werden von der Gesunden Gemeinde (Marktgemeinde Krieglach) retourniert)
Teilnehmeranzahl: ~ 15 bis 20 Teilnehmer
erford. Kleidung: Getränk und Turnschuhe
Übungsleiter: Martina Grubbauer, Tel.: 0664/1448942, dipl. Aerobic- und Fitness-trainerin, Iron System Instructor, deep Work Instructor, bodyART Instructor, reaktiv Walking Trainerin, Wellness- und Entspannungstrainerin

deepWORK - funktionelles Ganzkörpertraining

Anbieter: Freizeit Sport Aktiv Krieglach, Andrea Sonnlichler, Gölksiedl. III/4,
fsa.sonnlichler@gmail.com; www.freizeitsportaktiv.at
Wochentag: Montag
Ort: Sporthalle
Uhrzeit: 18.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzes Jahr (außer Schulferien)
Kosten: 1 Semester € 105,-; 2 Semester: € 185,-
Teilnehmeranzahl: 15 bis 25 Teilnehmer
erford. Kleidung: Getränk und Turnschuhe
Übungsleiter: Andrea Sonnlichler, Dipl. Gesundheitstrainerin und Iron System
Instructor, deepWork Instructor, Tel.: 0676/9655102

Fit + Fun Turnen

Anbieter: Gerhard Brenner, Himmelweg
Wochentag: Montag
Ort: Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: 19.45 bis 21.15 Uhr
Wann im Jahr: Herbst bis Frühjahr
Kosten: € 3,-
Teilnehmeranzahl: ~ 10 bis 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnschuhe, Turnbekleidung
Übungsleiter: Winkelmaier Franz, Brenner Gerhard, Tel.: 0676/83501615

Fitness für Jungmamas und junggebliebene Mamas

Anbieter: Gerlinde Leitner, leitner.gerlinde@aon.at
Wochentag: Mittwoch, 18.30 bis 20.00 Uhr,
Ort: Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: siehe oben
Wann im Jahr: ganzjährig (ausgenommen Ferien)
Kosten: nach Anzahl der Einheiten
Teilnehmeranzahl: rund 12 Teilnehmer
erford. Kleidung: Sportkleidung, Handtuch, Wasserflasche
Übungsleiter: Gerlinde Leitner, Tel.: 0676/9641988, diplomierte Vitaltrainerin
(Lehrgang zertifiziert nach ÖNORM D 1501 „Wellnesstrainerin“)

Gymnastik für Frauen

Anbieter: Veronika Podolan, Freßnitz 73
Wochentag: Montag und Mittwoch
Ort: Turnsaal Volksschule und Neue Mittelschule
Uhrzeit: Montag - Volksschule: 18.30 bis 19.30 Uhr;
Mittwoch - Neue Mittelschule: 19.15 bis 20.15 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Unkostenbeitrag
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnhose, Leiberl, Turnschuhe und Handtuch
Übungsleiter: Veronika Podolan, Tel.: 0664/2502983

Gymnastik für Frauen

Anbieter: Kernstock Gudrun
Wochentag: Mittwoch
Ort: Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: 19.00 bis 21.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: € 15,-
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnbekleidung
Übungsleiter: Kernstock Gudrun, Tel.: 0664/4649596

HOT IRON Kraftausdauertraining mit Langhanteln für Männer und Frauen

Anbieter: Martina Grubbauer, Brahmweg 30/3,
martina.grubbauer@bratlfettn.at
Wochentag: Montag / Dienstag / Donnerstag
Ort: Turnsaal HLW
Uhrzeit: 18.00 Uhr / 18.45 Uhr – aktuelle Startzeit bitte nachfragen
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Semesterblock: € 130,- (bei Kursstart) für alle Kurse von Martina (5 Stunden/Woche) flexibel verwendbar (€ 20,- werden von der Gesunden Gemeinde (Marktgemeinde Krieglach) retourniert)
Teilnehmeranzahl: ~ 15 bis 20 Teilnehmer
erford. Kleidung: Getränk und Turnschuhe
Übungsleiter: Martina Grubbauer, Tel.: 0664/1448942, dipl. Aerobic- und Fitness-trainerin, Iron System Instructor, deep Work Instructor, bodyART Instructor, reaktiv Walking Trainerin, Wellness- und Entspannungstrainerin

HOT IRON Kraftausdauertraining mit Langhanteln für Männer und Frauen

Anbieter: Freizeit Sport Aktiv Krieglach, Andrea Sonnlichler, Gölksiedl. III/4,
fsa.sonnlichler@gmail.com; www.freizeitsportaktiv.at
Wochentag: Montag und Dienstag
Ort: Montag: Sporthalle (Halle 3), Dienstag: Sporthalle (Halle 2)
Uhrzeit: 19.15 bis 20.45 Uhr, 19.30 bis 21.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzes Jahr (außer Schulferien)
Kosten: 1 Semester € 125,-; 2 Semester: € 215,-
Teilnehmeranzahl: 15 – 20 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnbekleidung, Turnschuhe, Handtuch, Trinkflasche
Übungsleiter: Andrea Sonnlichler, Dipl. Gesundheitstrainerin, Iron System Instructor und deepWork Instructor, Tel.: 0676/9655102

IRON WORKOUT – Ganzkörperaufbautraining für Frauen und Männer

Anbieter: Freizeit Sport Aktiv Krieglach, Andrea Sonnlichler, Gölksiedl. III/4,
fsa.sonnlichler@gmail.com; www.freizeitsportaktiv.at
Wochentag: Montag, Dienstag und Donnerstag
Ort: Montag und Dienstag: Sporthalle, Donnerstag: Turnsaal Neue Mittelschule
Uhrzeit: MO 08.00 Uhr, DI 18.15 Uhr, DO 18.30 Uhr
Wann im Jahr: ganzes Jahr (außer Schulferien)
Kosten: 1 Semester € 105,-; 2 Semester: € 185,-
Teilnehmeranzahl: 15 – 20 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnbekleidung, Turnschuhe, Handtuch, Trinkflasche
Übungsleiter: Andrea Sonnlichler, Dipl. Gesundheitstrainerin, Iron System Instructor und deepWork Instructor, Tel.: 0676/9655102

Rücken-fit

Anbieter: Volkshochschule Bruck-Mürzzuschlag, Schillerstraße 22, 8600 Bruck/Mur und Bleckmannngasse 8, 8680 Mürzzuschlag, emese.kiendler@akstmk.at, www.vhsstmk.at

Wochentag: Dienstag
Ort: Turnsaal Neue Mittelschule
Uhrzeit: 17.30 bis 18.30 Uhr
Wann im Jahr: 10x pro Semester
Kosten: € 55,-
Teilnehmeranzahl: ~ 30 bis 35 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnschuhe
Übungsleiter: Frau Veronika Podolan, Fitnesstrainerin, Tel.: 0664/2502983

Rückenfit

Anbieter: Freizeit Sport Aktiv Krieglach, Andrea Sonnichler, Gölksiedl. III/4, fsa.sonnichler@gmail.com; www.freizeitsportaktiv.at

Wochentag: Montag und Donnerstag
Ort: Sporthalle und Turnsaal der Neuen Mittelschule
Uhrzeit: MO 09.15 Uhr und DO 17.15 Uhr
Wann im Jahr: ganzes Jahr (außer Schulferien)
Kosten: 1 Semester € 105,-; 2 Semester: € 185,-
Teilnehmeranzahl: 15 – 20 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnbekleidung, Turnschuhe, Handtuch, Trinkflasche
Übungsleiter: Andrea Sonnichler, Dipl. Gesundheitstrainerin, Iron System Instructor und deepWork Instructor, Tel.: 0676/9655102

Smovey

Anbieter: Volkshochschule Bruck-Mürzzuschlag, Schillerstraße 22, 8600 Bruck/Mur und Bleckmannngasse 8, 8680 Mürzzuschlag, emese.kiendler@akstmk.at, www.vhsstmk.at

Wochentag: Donnerstag
Ort: Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: 18.30 bis 19.30 Uhr
Wann im Jahr: 10 x pro Semester
Teilnehmeranzahl: 20 Erwachsene
erford. Kleidung: bewegungsfreudige Kleidung, Turnschuhe oder rutschfeste Socken, Trinkflasche
Übungsleiter: Frau Andrea Schögggl, Tel.: 05/7799-0

Zumba® - Fitness

Anbieter: Volkshochschule Bruck-Mürzzuschlag, Schillerstraße 22, 8600 Bruck/Mur und Bleckmannngasse 8, 8680 Mürzzuschlag, emese.kiendler@akstmk.at, www.vhsstmk.at

Wochentag: Freitag
Ort: Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: 19.00 bis 20.00 Uhr
Wann im Jahr: 10 x pro Semester
Teilnehmeranzahl: 20 Erwachsene
erford. Kleidung: bewegungsfreudige Kleidung, Hallenschuhe, Trinkflasche
Übungsleiter: Frau Caballero de Breitler Milini, Official Zumba® Instructor, Tel.: 0664/5334516

Volleyball

Volleyball für Spielbegeisterte

Anbieter: „Die Potsch ´n Pracka“
Wochentag: Donnerstag
Ort: Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: 18.30 bis 21.00 Uhr
Wann im Jahr: während der Schulzeit (nicht in den Ferien)
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 10 bis 12 Teilnehmer
erford. Kleidung: Hallenbekleidung
Übungsleiter: Schneidhofer Wolfgang, Tel.: 0664/6157984 und
Sonnbichler Bernhard

Volleyball für Frauen

Anbieter: Kernstock Gudrun
Wochentag: Mittwoch
Ort: Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: 19.00 bis 21.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: € 15,-
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnbekleidung
Übungsleiter: Kernstock Gudrun, Tel.: 0664/4649596

Wandern

Anbieter: Fit + Fun, Gerhard Brenner, Himmelweg
Wochentag: nach Plan
Ort: nach Plan
Uhrzeit: nach Plan
Wann im Jahr: Sommer
Kosten: € 3,-
Teilnehmeranzahl: ~ 10 bis 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Wanderschuhe, Wanderbekleidung
Übungsleiter: Winkelmaier Franz, Brenner Gerhard, Tel.: 0676/83501615

Bergtouren, Schitouren

Anbieter: Österr. Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,
oeav.krieglach@tele2.at, www.alpenverein.at
Wochentag: nach Tourenplan
Ort: nach Tourenplan
Uhrzeit: nach Tourenplan
Wann im Jahr: 1x pro Monat
Kosten: -
Teilnehmeranzahl: ~ 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: Schitouren-/Bergausrüstung
Übungsleiter: Obmann Sepp Pagger, Tel.: 03855/3993 oder 0664/2016075

Winter- und Schneeschuhwandern

Wochentag: Tourenplan unter www.steirischwandern.at oder
www.facebook.com/steirischwandern
Ort: Region Hochsteiermark
Wann im Jahr: von Dezember bis April
Teilnehmeranzahl: mind. 4 Personen
erford. Kleidung: festes hohes Winterschuhwerk, Funktionshose und Zwiebelschicht,
Haube/Stirnband und Handschuhe sowie Getränk und eine kleine
Jause im Rucksack
Übungsleiter: Ing. Kurt Maierhofer, Tel.: 0680/3319386

Yoga/Meditation

Anbieter: Ingeborg Beyer
Wochentag: Mittwoch
Ort: Sporthalle Krieglach, Besprechungsraum
Uhrzeit: 18.00 bis 19.30 Uhr
Wann im Jahr: von September bis Mai (außer Ferien)
Teilnehmeranzahl: 10 bis 12 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung, Matte, Decke, Polster
Übungsleiter: Frau Ingeborg Beyer, Tel.: 0680/1238214

Yoga

Anbieter: Herr Christoph Prinz-Mohl
Wochentag: Montag
Ort: Sporthalle Krieglach, Besprechungsraum
Uhrzeit: 19.00 – 20.30 Uhr
Wann im Jahr: 1. Kurs: Start 07. Jänner 2019
2. Kurs: Start 11. März 2019
Preis: € 88,- (einzeln Stunden im Kurs möglich € 14,-)
Teilnehmeranzahl: mind. Teilnehmer 5 Personen
erford. Kleidung: bequeme Kleidung, Matte, Decke, Polster
Übungsleiter: Herr Christoph Prinz-Mohl, Tel.: 0699/19 57 92 97

Yoga

Anbieter: Frau Tanja Zeilbauer
Wochentag: Dienstag
Ort: Energiebalancezentrum der Raum für Dich, Bürstadtstraße 7/11
Uhrzeit: 19.00 – 20.30 Uhr
Wann im Jahr: von September bis Mai (außer Ferien)
Preis: Preis pro Person: € 15,- (10er Block: € 120,-)
Teilnehmeranzahl: 6 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung, Matte, Decke, Polster
Übungsleiter: Frau Tanja Zeilbauer, Tel.: 0660/77 06 808

Yoga am Sessel (Yoga kennt kein Alter)

Anbieter: Frau Tanja Zeilbauer
Wochentag: Freitag
Ort: Energiebalancezentrum der Raum für Dich, Bürstadtstraße 7/11
Uhrzeit: 10.30 – 12.00 Uhr
Wann im Jahr: von September bis Mai (außer Ferien)
Teilnehmeranzahl: 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung
Übungsleiter: Frau Tanja Zeilbauer, Tel.: 0660/77 06 808

Für Senioren

Mountainbiken

Anbieter: MBC-Krieglach, Alexander Csamay, Aichfeld 71,
Tel.: 0660/5876712
Wochentag: am Wochenende von Mai bis September, alle 14 Tage
Ort: im Freien
Uhrzeit: Abfahrt zwischen 8.00 und 9.00 Uhr (wird ausgeschrieben)
Wann im Jahr: Sommer
Kosten: Mitgliedsbeitrag: € 20,-/Jahr
Teilnehmeranzahl: ~ 5 bis 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: Radbekleidung, Mountainbike

Sportliche Aktivitäten, organisiert vom Pensionistenverband

Gymnastik / Nordic Walking / Kegeln / Minigolf / Radfahren / Wandern

Anbieter: Pensionistenverband Ortsgruppe Krieglach
Wochentag: Montag / Donnerstag / Mittwoch / Freitag / Donnerstag / Dienstag
Ort: Turnsaal Neue Mittelschule / im Freien / Cafe Hiden / Anlage
Fluderstüberl / im Freien
Uhrzeit: 16.15 – 18.15 Uhr / 8 - 10 Uhr / 14 - 18 Uhr / 14 - 18 Uhr / 14 - 18
Uhr / 8 - 15 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig / Sommer / ganzjährig / Sommer / Sommer / Sommer
Kosten: auf Anfrage
Teilnehmeranzahl: ~ 30 / ~ 9 / ~19 / ~10 / ~15 / ~35 Teilnehmer
erford. Kleidung: Freizeit- bzw. Sportbekleidung
Übungsleiter: Durlacher Sonja, Tel.: 0680/1408656,
Hofer Christa, Tel.: 0664/3806427

Sportliche Aktivitäten, organisiert von den Freiwilligen Feuerwehren

Anbieter: Freiwillige Feuerwehr Krieglach, Alplstraße 49, kommando@ff-krieglach.at, www.ff-krieglach.at
Wochentag: Montag bis Sonntag, nach Bedarf und Vereinbarung
Ort: Ganzjährig vorwiegend im Freien, nach Bedarf und Einteilung;
in den Wintermonaten Freitag 17.00 Uhr bis 20.00 Uhr im Turnsaal
Neue Mittelschule Krieglach
Uhrzeit: Vorwiegend ab 17.00 Uhr im Winter, ab 18.00 Uhr im Sommer und
flexibel nach Vereinbarung
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Zeit (Freizeit) für die Allgemeinheit
Teilnehmerzahl: je nach Betätigung zwischen 8 und 30 Teilnehmer
erford. Kleidung: wird teilweise zur Verfügung gestellt, sonst Sportbekleidung
Übungsleiter: Kommandant: Mag. Otto Fritz, Tel.: 0664/1413762;
Kommandant-Stv.: Herbert Schwaiger, Tel.: 0664/8550313;
Jeweiliger Beauftragter für Sport, Jugend und Ausbildung

Tanzen

Anbieter: Margit Englachner über die Marktgemeinde Krieglach, 8661
Wartberg
Wochentag: Montag
Ort: Sporthalle Krieglach, Bewegungsraum
Uhrzeit: 15.45 bis 18.00 Uhr
Wann im Jahr: Oktober bis Ende April
Kosten: € 4,- pro Person
Teilnehmeranzahl: ~ 12 bis 16 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung (keine Sandalen)
Übungsleiter: Margit Englachner, Tel.: 03858/3138

Tennis

Anbieter: Tennisclub TUS Krieglach, Werkstraße, wutzi.kurt@aon.at
Wochentag: nach Terminvereinbarung
Ort: Mai bis September im Freien, Oktober bis April in der Mürzzuschlager
Tennishalle
Uhrzeit: nach Terminvereinbarung
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: € 110 Mitgliedsbeitrag pro Erwachsene; € 175,- Mitgliedsbeitrag für
Familien
Teilnehmeranzahl: 60 Teilnehmer
erford. Kleidung: Tennisschuhe, Sportbekleidung (Schläger werden zur Verfügung
gestellt)
Übungsleiter: Kurt Wutzi, staatlich geprüfter Tennislehrer mit ÖTV Lizenz,
Tel.: 0664/7672702

Turnen

Gymnastik für Frauen

Anbieter: Veronika Podolan, Freßnitz 73
Wochentag: Montag und Mittwoch
Ort: Turnsaal Volksschule und Neue Mittelschule
Uhrzeit: Montag - Volksschule: 18.00 bis 19.00 Uhr;
Mittwoch - Neue Mittelschule: 19.15 bis 20.15 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: Unkostenbeitrag
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnhose, Leiberl, Turnschuhe und Handtuch
Übungsleiter: Veronika Podolan, Tel.: 0664/2502983

Gymnastik für Frauen

Anbieter: Kernstock Gudrun
Wochentag: Mittwoch
Ort: Turnsaal Volksschule
Uhrzeit: 19.00 bis 21.00 Uhr
Wann im Jahr: ganzjährig
Kosten: € 15,-
Teilnehmeranzahl: ~ 15 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnbekleidung
Übungsleiter: Kernstock Gudrun, Tel.: 0664/4649596

Rücken-fit

Anbieter: Volkshochschule Bruck-Mürzzuschlag,
emese.kiendler@akstmk.at, www.vhsstmk.at
Wochentag: Dienstag
Ort: Turnsaal Neue Mittelschule
Uhrzeit: 17.30 bis 18.30 Uhr
Wann im Jahr: 10x pro Semester
Kosten: € 55,-
Teilnehmeranzahl: ~ 30 bis 35 Teilnehmer
erford. Kleidung: Turnschuhe
Übungsleiter: Frau Veronika Podolan, Fitnesstrainerin, Tel.: 0664/2502983

Smovey

Anbieter: Volkshochschule Bruck-Mürzzuschlag
emese.kiendler@akstmk.at, www.vhsstmk.at
Wochentag: Donnerstag
Ort: Sporthalle Krieglach
Uhrzeit: 18.30 bis 19.30 Uhr
Wann im Jahr: 10 x pro Semester
Teilnehmeranzahl: 20 Erwachsene
erford. Kleidung: bewegungsfreudige Kleidung, Turnschuhe oder rutschfeste Socken,
Trinkflasche
Übungsleiter: Frau Andrea Schöggel, Tel.: 05/7799-0

Winter- und Schneeschuhwandern

Wochentag: Tourenplan unter www.steirischwandern.at oder
www.facebook.com/steirischwandern
Ort: Region Hochsteiermark
Wann im Jahr: von Dezember bis April
Teilnehmeranzahl: mind. 4 Personen
erford. Kleidung: festes hohes Winterschuhwerk, Funktionshose und Zwiebelschicht,
Haube/Stirnband und Handschuhe sowie Getränk und eine kleine
Jause im Rucksack
Übungsleiter: Ing. Kurt Maierhofer, Tel.: 0680/3319386

Yoga

Anbieter: Ingeborg Beyer
Wochentag: Mittwoch
Ort: Sporthalle Krieglach, Besprechungsraum
Uhrzeit: 18.00 bis 19.30 Uhr
Wann im Jahr: von September bis Mai (außer Ferien)
Teilnehmeranzahl: 10 bis 12 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung, Matte, Decke, Polster
Übungsleiter: Frau Ingeborg Beyer, Tel.: 0680/1238214

Yoga

Anbieter: Frau Tanja Zeilbauer
Wochentag: Dienstag
Ort: Energiebalancezentrum der Raum für Dich, Bürstadtstraße 7/11
Uhrzeit: 19.00 – 20.30 Uhr
Wann im Jahr: von September bis Mai (außer Ferien)
Preis: Preis pro Person: € 15,- (10er Block: € 120,-)
Teilnehmeranzahl: 6 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung, Matte, Decke, Polster
Übungsleiter: Frau Tanja Zeilbauer, Tel.: 0660/77 06 808

Yoga am Sessel (Yoga kennt kein Alter)

Anbieter: Frau Tanja Zeilbauer
Wochentag: Freitag
Ort: Energiebalancezentrum der Raum für Dich, Bürstadtstraße 7/11
Uhrzeit: 10.30 – 12.00 Uhr
Wann im Jahr: von September bis Mai (außer Ferien)
Teilnehmeranzahl: 10 Teilnehmer
erford. Kleidung: bequeme Kleidung
Übungsleiter: Frau Tanja Zeilbauer, Tel.: 0660/77 06 808



IMPRESSUM

Herausgeber: Marktgemeinde Krieglach

Mail: gde@krieglach.gv.at • Web: www.krieglach.at