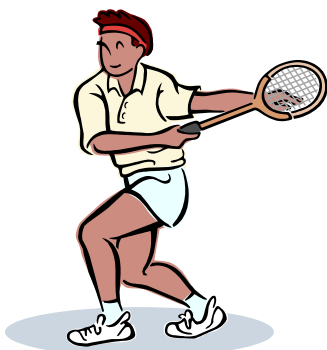


# Bewegungsangebote in Krieglglach



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, [schirni@gmail.com](mailto:schirni@gmail.com),  
[www.krieglach-fussball.at](http://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 Josef Schirnhofer, Tel.: 0664/2244218,  
1. Obmann Stv. und Jugendleiter Heimo Neuburger  
Tel.: 0664/1121242

---

## **Klettern**

Anbieter: Österreichischer Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,  
[oeav.krieglach@tele2.at](mailto:oeav.krieglach@tele2.at), [www.alpenverein.at](http://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](mailto:skiteam.krieglach@twin.at),  
[www.skiteam-krieglach.at](http://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](mailto: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](mailto:fsa.sonnlichler@gmail.com); [www.freizeitsportaktiv.at](http://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](mailto:kdo.004@bfvmz.steiermark.at), [www.ff-fressnitz.at](http://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](mailto:kommando@ff-krieglach.at), [www.ff-krieglach.at](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:emese.kiendler@akstmk.at), [www.vhsstmk.at](http://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](mailto:oeav.krieglach@tele2.at), [www.alpenverein.at](http://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

## Yoga

### Kinderyoga

Anbieter: Tanja Zeilbauer & Maria Langmayr  
Wochentag: jeden Montag und Freitag  
Ort / Uhrzeit: Energiebalancezentrum, Bürstadtstraße 7/11; 14.30 – 15.30 Uhr  
Kosten: pro Person € 8,-  
Alter: für Kinder ab drei Jahren  
erford. Kleidung: bequeme Kleidung  
Übungsleiter: Tanja Zeilbauer & Maria Langmayr, Tel.: 0660/7706808

---

# Für Jugendliche

## **Fußball**

Anbieter: EKRO TUS Krieglach-Fußball, Werkstraße 45, [schirni@gmail.com](mailto:schirni@gmail.com),  
[www.krieglach-fussball.at](http://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 Josef Schirnhofer, Tel: 0664/2244218,  
1. Obmann Stv. und Jugendleiter Heimo Neuburger  
Tel.: 0664/1121242

## **Fußball, Völkerball, Volleyball, lustige Spiele im Turnsaal**

Anbieter: Landjugend Krieglach, Obm. Jakob Karner,  
[karner@schule-raumberg.at](mailto:karner@schule-raumberg.at), [karner.jak@gmail.com](mailto:karner.jak@gmail.com), [www.ljkrieglach.at](http://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](mailto:robert-breuer@hotmail.com), [www.sk-goelk.at](http://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](mailto:robert-breuer@hotmail.com)

---

## **Klettern**

Anbieter: Österr. Alpenverein Sektion Krieglach, Alter Sommer 13,  
[oeav.krieglach@tele2.at](mailto:oeav.krieglach@tele2.at), [www.alpenverein.at](http://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](mailto:skiteam.krieglach@twin.at),  
[www.skiteam-krieglach.at](http://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](mailto:kdo.004@bfvmz.steiermark.at), [www.ff-fressnitz.at](http://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](mailto:kommando@ff-krieglach.at), [www.ff-krieglach.at](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:oeav.krieglach@tele2.at), [www.alpenverein.at](http://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](mailto:oeav.krieglach@tele2.at), [www.alpenverein.at](http://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, [schirni@gmail.com](mailto:schirni@gmail.com),  
[www.krieglach-fussball.at](http://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 Josef Schirrhofer, Tel: 0664/2244218, 1. Obmann Stv. und  
Jugendleiter Heimo Neuburger Tel.: 0664/1121242

Anbieter: FC Waldheimat Gasthof Oswaldbauer, Neudörfel 15,  
[helmuth.lammer@twin.at](mailto: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](mailto:karner@schule-raumberg.at), [karner.jak@gmail.com](mailto:karner.jak@gmail.com),  
[www.ljkrieglach.at](http://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](mailto:robert-breuer@hotmail.com), [www.sk-goelk.at](http://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](mailto: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](mailto:oeav.krieglach@tele2.at), [www.alpenverein.at](http://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](mailto:kdo.004@bfvmz.steiermark.at), [www.ff-fressnitz.at](http://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](mailto:kommando@ff-krieglach.at), [www.ff-krieglach.at](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:fsa.sonnlichler@gmail.com); [www.freizeitsportaktiv.at](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:fsa.sonnlichler@gmail.com); [www.freizeitsportaktiv.at](http://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](mailto:fsa.sonnlichler@gmail.com); [www.freizeitsportaktiv.at](http://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](mailto:emese.kiendler@akstmk.at), [www.vhsstmk.at](http://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 Sonnlichler, Gölksiedl. III/4, [fsa.sonnlichler@gmail.com](mailto:fsa.sonnlichler@gmail.com); [www.freizeitsportaktiv.at](http://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 Sonnlichler, 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](mailto:emese.kiendler@akstmk.at), [www.vhsstmk.at](http://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](mailto:emese.kiendler@akstmk.at), [www.vhsstmk.at](http://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](mailto:oeav.krieglach@tele2.at), [www.alpenverein.at](http://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](http://www.steirischwandern.at) oder  
[www.facebook.com/steirischwandern](https://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](mailto:kommando@ff-krieglach.at), [www.ff-krieglach.at](http://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](mailto: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](mailto:emese.kiendler@akstmk.at), [www.vhsstmk.at](http://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](mailto:emese.kiendler@akstmk.at), [www.vhsstmk.at](http://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

---

## Winter- und Schneeschuhwandern

Wochentag: Tourenplan unter [www.steirischwandern.at](http://www.steirischwandern.at) oder  
[www.facebook.com/steirischwandern](https://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](mailto:gde@krieglach.gv.at) • Web: [www.krieglach.at](http://www.krieglach.at)