



# Puchenuer Sport- & Bewegungsangebote



## Saison 2023 / 2024

Beim Mitmachen in den Räumlichkeiten der Gemeinde ist unbedingt auf geeignetes Schuhwerk zu achten, es sind ausnahmslos HALLENSCHUHE erlaubt!

<b>Montag</b> 18:15-19:05 Uhr (ab 2.10.)	<b>UNION Pilates BodyFIT mit Yoga w/m</b> VS-Turnsaal, Gerda Modera (0650/9221531)	<b>Donnerstag</b> 16:00-17:00 Uhr (ab 5.10.)	<b>Pensionistenverband Turnen</b> MS-Turnsaal, Christine Hillebrand (0664/4446402)
<b>Montag</b> 19:15-20:15 Uhr (ab 2.10.)	<b>UNION Gesunder Rücken ÖGK w/m</b> MS-Turnsaal, Antonia Maetz (0732/77785411)	<b>Donnerstag</b> 16:30-17:20 Uhr (ab 05.10.)	<b>UNION FunnyFIT Frauen 60+</b> VS-Turnsaal, Gabriela Schürz (0664/73666099)
<b>Montag</b> 19:20-21:00 Uhr (ab 25.9.)	<b>ASKÖ Frauengymnastik</b> VS-Turnsaal, Elisabeth Lang (0664/73591509)	<b>Donnerstag</b> 17:15-18:00 Uhr (ab 05.10.)	<b>Seniorenbund Gymnastik</b> MS-Turnsaal, Dieter Lindl (0732/222774) und Elisabeth Zehetner (0650/4020308)
<b>Dienstag</b> 18:15-19:05 Uhr (ab 3.10.)	<b>UNION PowerFIT w/m</b> MS-Turnsaal, Reder Elisabeth (0664/1480626)	<b>Donnerstag</b> 17:30-18:20 Uhr (ab 05.10.)	<b>UNION TopFIT w/m</b> VS-Turnsaal, Thomas Niedermair (0664/1480626)
<b>Dienstag</b> 19:15-20:05 Uhr (ab 3.10.)	<b>UNION Toning/Step w/m</b> MS-Turnsaal, Claudia Ecker-Kosgei (0676/6393841)	<b>Donnerstag</b> 18:00-19:30 Uhr (ab 05.10.)	<b>Seniorenbund Line Dance</b> MS-Turnsaal, Monika Gabriel (0699/12947397)
<b>Mittwoch</b> 08:30 Uhr	<b>Seniorenbund Nordic Walking-Treff</b> jeden Mi., Treffpunkt Gemeindevorplatz	<b>Donnerstag</b> 18:30-19:20 Uhr (ab 05.10.)	<b>UNION Intelligente Fitness Männer 60+</b> VS-Turnsaal, Thomas Niedermair (0664/1480626)
<b>Mittwoch</b> 08:30-10:00 Uhr (ab 27.9.)	<b>Feldenkrais-Kurs</b> Buchensaal LMS, Elfriede Dobramysl (0650/7177661)	<b>Donnerstag</b> 19:30-20:30 Uhr (ab 05.10.)	<b>UNION Jackpot.fit w/m</b> VS-Turnsaal, Uta Karl-Graf (050/8089406)
<b>Mittwoch</b> 17:30-18:30 Uhr (ab 27.9.)	<b>Feldenkrais-Kurs</b> Kindergarten EG, Elfriede Dobramysl (0650/7177661)	<b>Donnerstag</b> 18:00-19:00 Uhr (ab 05.10.)	<b>ASKÖ Rücken FIT 1</b> Kindergarten EG, Elisabeth Lang (0664/73591509)
<b>Mittwoch</b> 18:30-20:00 Uhr (ab 21.9.)	<b>Feldenkrais-Kurs</b> Kindergarten EG, Elfriede Dobramysl (0650/7177661)	<b>Donnerstag</b> 19:10-20:10 Uhr (ab 05.10.)	<b>ASKÖ Rücken FIT 2</b> Kindergarten EG, Elisabeth Lang (0664/73591509)
<b>Mittwoch</b> 16:15-17:05 Uhr (ab 4.10.)	<b>UNION Eltern-Kind-Turnen (2-4 Jahre)</b> VS-Turnsaal, Petra Haas (0676/5279924)	<b>Donnerstag</b> Sommer: 17:00 Uhr Winter: 15:00 Uhr	<b>ASKÖ Nordic Walking</b> Treffpunkt Regenbogenbrunnen Marktplatz, Elisabeth Lang (0664/73591509) & Sylvia Weidinger (0650/5529903)
<b>Mittwoch</b> 16:15-17:05 Uhr (ab 4.10.)	<b>UNION KidsFIT 1 (ab 5 Jahre)</b> MS-Turnsaal, Frauke Kühne (0699/19094780)	<b>Freitag</b> 08:30-09:20 Uhr (ab 06.10.)	<b>UNION Pilates RückenFIT mit Yoga w/m</b> Buchensaal LMS, Gerda Modera (0650/9221531)
<b>Mittwoch</b> 17:15-18:05 Uhr (ab 4.10.)	<b>UNION KidsFIT 2 (6-9 Jahre)</b> VS-Turnsaal, Frauke Kühne (0699/19094780)	<b>Freitag</b> 14:00-15:00 Uhr (ab 6.10.)	<b>Abenteuerturnen Kinder (4-6 Jahre)</b> VS-Turnsaal, Mag. Mario Frei (0650/2806872)
<b>Mittwoch</b> 18:15-19:05 Uhr (ab 4.10.)	<b>UNION RückenFIT w/m</b> VS-Turnsaal, Sabine Niedermair (0650/2620310)	<b>Freitag</b> 15:00-16:00 Uhr (ab 6.10.)	<b>Abenteuerturnen Kinder (7-10 Jahre)</b> VS-Turnsaal, Mag. Mario Frei (0650/2806872)
<b>Mittwoch</b> 19:15-20:15 Uhr (ab 4.10.)	<b>UNION Gesunder Rücken ÖGK w/m</b> VS-Turnsaal, Antonia Maetz (0732/77785411)	<b>Freitag</b> 16:30-17:30 Uhr (ab 06.10.)	<b>UNION Kids Floorball (6-9 Jahre)</b> VS-Turnsaal, Kristina Karakas Ivic (0676/6564889)
<b>Mittwoch</b> 19:30-21:00 Uhr (ab 27.9.)	<b>ASKÖ Ski- und Fitgymnastik</b> MS-Turnsaal, Birgit Pargfrieder (0664/8183458)		

## Weitere Freizeit- und Sportangebote

ASKÖ Stocksport	<a href="http://www.askoe-ooe.at">www.askoe-ooe.at</a>
Union Fußball	<a href="http://www.union-puchenu.at">www.union-puchenu.at</a>
Union Tennisclub	<a href="http://www.utc-puchenu.at">www.utc-puchenu.at</a>
RV Wiking Tennis	<a href="http://www.wikinglinz.at">www.wikinglinz.at</a>
RV Wiking Rudern	<a href="http://www.wikinglinz.at">www.wikinglinz.at</a>
Familienbundzentrum Puchenu	<a href="http://www.ooe.familienbund.at">www.ooe.familienbund.at</a>
Volkshochschule Puchenu	<a href="http://www.vhs-ooe.at">www.vhs-ooe.at</a>

