

VERANSTALTUNGEN**5. Sonntagberger BIKE & RUN****8. September 2018**3 km Bergradfahrt zur Basilika Sonntagberg
4 km Lauf am Panorama-Höhenrundweg**Denk an dich –****Waidhofner****Gesundheitswoche****10.-15. September 2018****44. Aktion Gebr. Wintersportartikel – Umtausch 8. – 20. Oktober 2018**Mo-Fr 16,30-19,00 Uhr, Sa. 10-12,00 Uhr
ASKÖ-Sporthaus**Nationaler Wandertag 26.10.2018**

Machen Sie mit beim größten Gesundheits- und Bewegungstag Österreichs für Groß und Klein, denn „Bewegung bringt's!“

Nationaler Radwandertag 30.05.2019**Waidhofner Raiffeisen – Frühlings-Radmarathon 26.05.2019****Lauftreff*****Schüler, Jugendliche, Erwachsene***Dienstag 18,30 Uhr
Schillerpark**Tischtennis*****Jugendliche und Erwachsene***nach Vereinbarung im
BC ASKÖ Sporthaus**Tennis**3 Freiplätze ASKÖ Tennisplatz
Reservierungsmöglichkeit
im ASKÖ-SportstüberlTennishalle Wintersaison
ABO
Tel. 07442/55501 od.56033Training für Kinder, Schüler, Jugendliche
nach Vereinbarung**Nordic-Walking*****Jugendliche und Erwachsene***Mittwoch 17,00 Uhr (Sommerzeit)
15,00 Uhr (Winterzeit)
ASKÖ-Sporthaus**Wintersport*****Schi- / Snowboard- / Carvingkurs***für Kinder und Erwachsene
Anfänger und Fortgeschrittene

02.01.- 05.01.2019/ Forsteralm

Kleinkinderschikursausnahmslos für Kinder
von 4 – 6 Jahren

14.01. – 17.01.2019/ Forsteralm

Vorbereitungskurs: 4.12.; 11.12. + 18.12. 2018

Die Fahrt zu und vom Kursplatz erfolgt bei beiden
Kursen gemeinsam mit dem Autobus ab
Böhlerwerk***ASKÖ-Landesmeisterschaften***

06.01.2019 Lackenhof

ASKÖ-Vereinsmeisterschaften16.02.2019 leichter RTL für alle Klassen
auf der Forsteralm***Waidh. Stadtmeisterschaften***

25.01.2019 Forsteralm (bei Flutlicht)

Sektion Böhlerwerk***Fit – Aktion******Gesundheits-Programm 2018/ 2019***

vom Kleinkind bis Senioren

Anfragen an Fr. Barbara Eichleter bzw.
ASKÖ-Homepage
Tel. 0677 / 62657585**ASKÖ Waidhofen / Ybbs*****Fit - Komm mit
Gesund aktiv - Aktiv gesund
Ein Leben lang*****Programm
2018 / 2019****PROGRAMM FÜR DEINE
GESUNDHEIT****Bewegung macht kluge Kinder**Das Team des ASKÖ Waidhofen möchte ALLE
zu den angeführten Trainingszeiten unter
fachlicher Anleitung und mit viel Spaß den Sport
näher bringenHomepage: www.askoewaidhofen.atE-Mail: askoe.wy@utanet.at

Tel. + Fax: 07442 / 55501

Handy: 0676 / 5757197

Beginn: 10. September 2018

Turnen bzw. Gymnastik

Kleinkindturnen (2 ½ - 7 Jahre)

Mittwoch 17,00 – 18,00 Uhr
Sporthalle

Sportgruppe (Mädchen und Knaben)

Mittwoch 17,00 - 18,00 Uhr
Sporthalle

Funktionelles Core und Rückentraining

Claudia THRON **ab 24. Sept. 2018**
Montag 19,00 - 20,00 Uhr
Hauptschule Zell

Gesunder Rücken Gymnastik mit Musik

Monika STEINBICHLER **ab 24. Sept. 2018**
Montag 19,00 - 20,00 Uhr
Volksschule Zell

Seniorengymnastik

Damen Montag 17,00 - 19,00 Uhr
Hauptschule Zell
Herren Montag 17,00 - 19,00 Uhr
Volksschule Zell

KURSE

FRAUEN-POWER mit Fitnessgeräten

Kurs ab 12. Sept. 2018 / 10 E
Mittwoch 09,30 - 11,00 Uhr



ZUMBA-Gold Party für Junggebliebene mit Gina

Kurs ab 13. September 2018 – 10 Einheiten
Donnerstag 10,00 – 11,00 Uhr
BC ASKÖ-Sporthaus

Für die Teilnahme an den ausgeschriebenen
Kursen ist eine Anmeldung unbedingt
erforderlich.

**Näheres in den eigenen Kursausschreibungen
in der Homepage / Sektion Turnen.**

Schigymnastik

Jugendliche und Erwachsene ab 2. Okt. 2017

Dienstag 19,30 - 21,00 Uhr
Hauptschule Waidhofen

Hobby-Fußball

Jugendliche und Erwachsene

Mittwoch 18,30 - 20,00 Uhr Sporthalle

Krafttraining

im Fitness-Raum im ASKÖ-Sporthaus

Tennis	Montag	18,00 - 19,00 Uhr
Herren	Montag	19,00 - 21,00 Uhr
Damen	Dienstag	18,30 - 20,00 Uhr
Senioren	Montag	09,30 - 10,30 Uhr
	Freitag	09,30 - 10,30 Uhr

Frauen-Power Kurs ab 12. Sept. 2018 / 10 E
Mittwoch 09,30 - 11,00 Uhr

Hobby-Radfahrer (Spritzigen) ab 07.11.2018
Mittwoch 18,30 - 20,00 Uhr

Volleyball

Jugendliche und Erwachsene

Mittwoch 18,30 – 20,00 Uhr Sporthall

Badminton

Schüler, Jugendl., Erwachsene

Mittwoch 17,00 – 18,00 Uhr Sporthalle

Hap Ki Do

Kinder

Freitag 18,00 – 19,00 Uhr
Hauptschule Waidhofen

Schüler, Jugendl., Erwachsene

Mittwoch 19,00 – 20,30 Uhr
Sporthalle
Freitag 19,00 – 20,30 Uhr
Hauptschule Waidhofen.

Radfahren

Rennradgruppe ASKÖ-ARBÖ-WY

Mädchen und Burschen

lt. Vereinb.

Hobby-Radausfahrten (Sommerzeit)

Mittwoch 17,00 Uhr
ASKÖ-Sporthaus

Mountainbike

Dienstag 18,30 Uhr
Schillerpark

