

Pilates



mit Übungsleiterin **Nina Hildebrand**

ab Do. 17.09. 2026 17:00 – 18:15 Uhr

10 x wöchentlich je 75 Min. / Mitglieder: 65 €, Nichtmitglieder: 85 €
Anmeldung und Infos bei Viktoria Pronath, Tel: 09431 / 61 812

QiGong



mit Übungsleiterin **Inna Illenseer**

Kurs 1: **ab Mo. 21.09. 2026 09:30 – 10:45 Uhr**

Kurs 2: **ab Do. 24.09. 2026 09:30 – 10:45 Uhr**

Kurs 3: **ab Do. 24.09. 2026 18:45 – 20:00 Uhr**

10 x wöchentlich je 75 Min. / Mitglieder: 65 €, Nichtmitglieder: 85 €
Anmeldung und Infos bei Viktoria Pronath, Tel: 09431 / 61 812

YinYoga



mit Übungsleiterin **Gabriele Steinbrugger**

Kurs 1: **ab Fr. 25.09. 2026 08:30 – 09:45 Uhr**

Kurs 2: **ab Fr. 25.09. 2026 10:00 – 11:15 Uhr**

10 x wöchentlich je 75 Min. / Mitglieder: 65 €, Nichtmitglieder: 85 €
Anmeldung und Infos bei Viktoria Pronath, Tel: 09431 / 61 812

Leider schon ausgebucht

Yoga



mit Übungsleiterin **Sigrid Hösl**

Kurs 1: **ab Di. 06.10.2026 17:00 – 18:15 Uhr**

Kurs 2: **ab Di. 06.10.2026 18:30 – 19:45 Uhr**

mit Übungsleiter **Johann Sallmen**

Kurs 3: **ab Di. 22.09.2026 20:00 – 21:15 Uhr**

10 x wöchentlich je 75 Min. / Mitglieder: 65 €, Nichtmitglieder: 85 €
Anmeldung und Infos bei Elisabeth Zenger, Tel: 09431 / 55 800

Prävention beginnt im Kopf



Koordinationstraining für Erwachsene mit Physiotherapeutin und

Life Kinetik-Trainerin **Ulrike Schuierer**

ab Fr. 18.09.2026 17:30 – 18:30 Uhr

10 x wöchentlich jeweils 60 Min. / max 15 Teiln / Gebühr: 139 € incl. Übungsheft,
Höhe evtl. Bezuschussung vorher bei Krankenkasse erfragen (Kurs-Nr: KU-BE-
CV77NB) Anmeldung bis spätestens 13.09. bei U. Schuierer Tel. 0176-783 92 894/
pferdeuli@gmail.com