



Thomas Kirchner
(Präsident)

Liebe Sportbegeisterte,
nach einem erholsamen Sommer starten wir wieder mit neuem Elan und erweitertem Programm in die kommende Sportsaison.

Bewegung - wichtig für deine Gesundheit & dein Wohlbefinden!

Wie du weißt ist Bewegung in den frühen Jahren für Kinder besonders wichtig, um die beiden Gehirnhälften besser miteinander zu vernetzen. Dies fördert sowohl die motorische, als auch die soziale und die kognitive Kompetenz.

Bewegung und Beweglichkeit stellen aber auch eine notwendige Grundlage für das gesunde „Älter-werden“ dar. In unserer Gesellschaft, in der viele Tätigkeiten im Sitzen ausgeführt werden, ist es besonders wichtig den Körper mit Bewegung und gezieltem Sportangebot zu fördern, um somit späteren Problemchen vorzubeugen.

und das Team
der **SPORTUNION**
Ober-Grafendorf

Das aktuelle Angebot sowie den Zugang zur Anmeldung (auch direkt in den Sportstunden möglich) findest du auf unserer Homepage: obergrafendorf.sportunion.at

GRAMM | NEU IM PROGRAMM | NEU IM PROGRAMM | NEU IM PROGRAMM | NEU IM

PILATES*

Pilates (mit Andrea) ist ein systematisches Körpertraining, das Elemente aus Yoga, Turnen und Ballett enthält. Es verbindet Körper, Geist und Seele. Es ist ein Weg zu mehr Körpergefühl, höherer Leistungsfähigkeit und Stressabbau durch gezielte Atemtechnik. Es ist für jede Alters- und Fitnessstufe gleichermaßen geeignet.

PILATES „BURN“**

Pilates „Burn“ (mit Antonia) ist ein herausfordernder, aber auch motivierender Kurs, zum Formen und Straffen. Nur du und deine Matte!

Ziel: Sich wohlfühlen und Muskeln zum Brennen bringen. Es ist für jede Alters- und Fitnessstufe gleichermaßen geeignet.

ZIRKUS*

Die Zirkuswerkstatt (mit Sergiy) für Kinder ab 8 Jahren: Akrobatik – Equilibristik (Balancieren) – Jonglieren – Zauberei
Sergiy, ein ausgebildeter Zirkuskünstler, bringt den Kindern mit viel Spaß Kunststücke bei.

GRAMM | NEU IM PROGRAMM | NEU IM PROGRAMM | NEU IM PROGRAMM | NEU IM

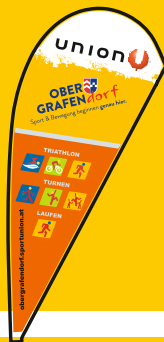
**HIER GEHT'S
ZUR ANMELDUNG**



**MITGLIED WERDEN BEI DER
SPORTUNION OBER-GRAFENDORF:**

Du kannst dich bei uns online auf obergrafendorf.sportunion.at anmelden oder das Formular downloaden und ausfüllen oder es auch direkt bei unseren Vorturner:innen anfordern. Nach Einzahlung des Mitgliedsbeitrages wird der Mitgliedsausweis der SPORTUNION ausgestellt. Dieser ist zu den Einheiten mitzubringen und auf Verlangen vorzuweisen bzw. berechtigt auch zu Ermäßigungen bei Kooperationspartnern.





SPORTHALLE

MONTAG

EL-KI Turnen mit Eltern 2 - 6 Jahre	16:00 - 17:00 Uhr	Petra	Halle B + C
Spiel - Spaß - Sport ab 6 Jahren	17:00 - 18:00 Uhr	Petra	Halle C
Zirkus* ab 8 Jahren	17:00 - 18:00 Uhr	Sergiy	Halle A
Pilates*	18:00 - 19:00 Uhr	Andrea	Halle A
Bauch - Beine - Po	19:00 - 20:00 Uhr	Andrea	Halle A
Jungbrunnen Bewegung 50+	19:00 - 20:00 Uhr	Helga	Halle C
Body Balance	20:00 - 21:00 Uhr	Birgit	Halle A

DIENSTAG

Geräteturnen	16:30 - 18:00 Uhr	Martina & Alina	Halle C
Pilates „Burn“*	19:00 - 20:00 Uhr	Antonia	Turnsaal Sozialzentrum

MITTWOCH

EL-KI-Turnen 1 bis 4 Jahre	16:00 - 17:00 Uhr	Birgit	Halle C
Volleyball (Oktober - Februar)	18:00 - 20:00 Uhr	Paul & Patricia	Halle B
Mixed fit	18:00 - 19:00 Uhr	Christa & Verena	Halle C
Zumba	19:00 - 20:00 Uhr	Andrea	Halle A

OUTDOOR

MONTAG

Laufftreff	18:15 - 19:15 Uhr	Richard	Raiffeisengasse
------------	-------------------	---------	-----------------

DONNERSTAG

Walken	09:00 - 10:00 Uhr	Helga	Raiffeisengasse
--------	-------------------	-------	-----------------

Turnjahr: Montag 09.09.2024 (KW 37) bis 19.06.2025 (ausgenommen Schulferien & Feiertage)
Programm: vorbehaltlich allfälliger Änderungen, immer aktuell auf der Homepage obergrafendorf.sportunion.at

MITGLIEDSBEITRÄGE | INFORMATIONEN

Mitgliedsbeiträge

(inkl. Versicherung)

Kinder € 45,-
bis 15 Jahre

Jugendliche € 65,-
bis 24 Jahre

Erwachsene € 80,-

Familienermäßigung

Anspruch für Familienmitglieder im gemeinsamen Haushalt (Mutter, Vater, Kinder bis max. 24 Jahre)

ab 2 Personen 10 %

ab 3 Personen 20 %

ab 4 Personen 30 %

ab 5 Personen 40 %

Ermäßigungen

Besuch aller Trainingseinheiten möglich, weiters bis zu 15 % Rabatt bei jedem Einkauf bei Hervis bzw. Intersport St. Pölten

Freerunning** Ermäßigung für Union Mitglieder 110,- statt 130,- (inkl. Versicherung)

Bei Teilnahme nach den Semesterferien sind 50 % des Mitgliedsbeitrages für das restliche Turnjahr zu entrichten.



Schnupperstunde | 1 kostenlose Schnupperstunde pro Einheit ist im September möglich! Einfach zur Stunde kommen und mitmachen! Für die Zusatzangebote ist ein Beitrag für die Schnupperstunde zu leisten. Infos bei unseren Vorturner:innen.



Raiffeisen **TRIathlon**
OBER-GRAFENDORF
EBERSDORFER-SEE

10. MAI 2025

BWT, Raiffeisenbank Region St. Pölten, TRIAUSTRIA, OBERGRAFENDORF, union



PARKOUR | FREERUNNING**

ab 6 Jahren
Sebastian

MI 16:00-18:00
*Alterseinteilung erfolgt nach Start!

Voranmeldung!!!
Tel. +43 660 2203 095

Parkour und Freerunning vereinen das Überwinden von Hindernissen mit akrobatischen Übungen.

Von einfachen Vorübungen, bis hin zum perfekten Salto ...

WIR MACHT'S MÖGLICH.

X CLUB

BACK TO COOL

GRATIS JUGENDKONTO MIT 20 EURO** STARTBONUS
4,25 % ZINSEN* AUFS ONLINE SPAREN INKLUSIVE JBL GO 3 ECO ODER GRATIS BENCH SCHULRUCKSACK

JETZT 4,25 %* ZINSEN AUFS ONLINE SPAREN!

*4,25 % p.a. Zinsen täglich fällig - gültig bei Online-Sparen-Jugendclub bis 31.12.2024 für die ersten 5.000 Euro, darüber hinaus 0,01 % Zinsen p.a. **20 Euro Startbonus nur gültig für alle neu eröffneten Jugendkonten und befristet bis 30.09.2024 - iRL GO 3 ECO solange der Vorrat reicht
Impressum: Raiffeisenbank Region St. Pölten eGen, Kremsier Landstraße 18, 3100 St. Pölten