

OUTDOOR-PROGRAMM 2022

Frühling/Sommer 2022

Gratis für Alle!



KOORDINATIVES WALKING WORKOUT

Moderates Ausdauer- und Koordinationstraining
Montag

Treffpunkt: Blabolilheim
18:30 – 19:30 Uhr
13., 20., 27. Juni
4., 11., 18., 25. Juli
1., 8., 22., 29. August
5. September



BODY WORK

Ganzkörpertraining * Aerobic
Dienstag

Spielplatz am Senningbach
18:30 – 19:30 Uhr
14., 21., 28. Juni
5., 12., 19., 26. Juli
2., 9., 16., 23., 30. August



ZUMBA

Fit mit Latino-Rhythmen
Donnerstag

Spielplatz am Senningbach
18:30 – 19:30 Uhr
23., 30. Juni
7., 14., 21., 28. Juli
4., 11., 18., 25. August
1., 8. September



BODY AWARENESS

Bewegt und entspannt ins Wochenende!
Freitag

Spielplatz am Senningbach
18:30 – 19:30 Uhr
17., 24. Juni
1., 8., 15., 22., 29. Juli
5., 12., 19., 26. August
2. September



BEACH VOLLEYBALL

Nicht nur 2:2 ☺
Dienstag

Beachplatz Erholungszentrum
18:00 – 20:00 Uhr
5., 12., 19., 26. Juli
2., 9., 16., 23., 30. August

CACHIBOL

Mamanet – das „einfachere Volleyball“
Mittwoch

Beachplatz Erholungszentrum
18:00 – 20:00 Uhr
15., 22., 29. Juni
6., 13., 20., 27. Juli
3., 10., 17., 24., 31. August

RADL-SAMSTAG DONAUTOUR

Samstag
verschiedene Touren und Treffpunkte

7. Mai
11. Juni
23. Juli
20. August

RUN-BIKE-RUN

„Bike-Sharing“: 2 Personen mit 1 Rad
Freitag
Treffpunkt: Kreisverkehr Wiesenerstraße
18:00 – ca. 20:00 Uhr
22. Juli
5. August

RUDIS MONTAGS- WANDERUNGEN 55+

Montag
verschiedene Treffpunkte

8:00 – 10:00 Uhr
4., 11., 18., 25. Juli
1., 8., 22., 29. August



XUND BLEIB'N

LIGHT 55+

Sanftes Beweglichkeitstraining mit
anschließendem Au-Spaziergang

Donnerstag
Treffpunkt Blabolilheim
9:00 – 10:30 Uhr

23., 30. Juni
7., 14., 21., 28. Juli
4., 11., 18., 25. August
1. September



Mehr Infos: stockerau.sportunion.at

Wir bewegen Menschen