KURSE Frühjahr 2024 / ROT = KURSTAGE DIE ENTFALLEN / BLAU = FORTSETZUNGSKURS

				KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	KW	
KURSORT	**KURSBEZEICHNUNG**	**KursleiterIn**	**KURSTAG / KURSZEIT**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**Veranstalter/Partner**
ALTENHOF	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Elisabeth Stuhlberger	Montag, jeweils 15.00-16.00 Uhr			22.1	29.1	5.2	12.2	19.2	26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4												ASKÖ OÖ
ASTEN	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Doris Edlbauer	Mittwoch, jeweils 16.00-16.50 Uhr			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4													ASKÖ OÖ
ASTEN	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Doris Edlbauer	Mittwoch, jeweils 17.00-17.50 Uhr			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4													ASKÖ OÖ
ASTEN	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Doris Edlbauer	Mittwoch, jeweils 18.00-19.00 Uhr			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4													ASKÖ OÖ
GASPOLTSHOFEN	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Elisabeth Stuhlberger	Dienstag, jeweils 16.20-17.10 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4												ASKÖ OÖ
GASPOLTSHOFEN	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Elisabeth Stuhlberger	Dienstag, jeweils 17.20-18.20 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4												ASKÖ OÖ
HASLACH	FitnessTRAINING	Gerhard Hahn	Montag, jeweils 19.30-20.30 Uhr			22.1	29.1	5.2	12.2	19.2	26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4												ASKÖ OÖ
KOPFING	RückenFitness	Patrick Enzlmüller	Montag, jeweils 18.45-19.45 Uhr			22.1	29.1	5.2	12.2	19.2	26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4												ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	RückenFitness	Michaela Danninger-Schimpl	Montag, jeweils 18.00-19.00 Uhr			22.1	29.1	5.2	12.2	19.2	26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4	6.5	13.5	20.5	27.5	3.6	10.6						ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	BodyWork (Bauch.Bein.Po)	Michaela Danninger-Schimpl	Montag, jeweils 19.00-20.00 Uhr			22.1	29.1	5.2	12.2	19.2	26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4	6.5	13.5	20.5	27.5	3.6	10.6						ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	Aktiv und Gesund 50Plus	Bernhard Niedermair	Dienstag, jeweils 09.00-10.00 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4	7.5	14.5	21.5									ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	RückenFitness	Daniela Allmeier	Dienstag, jeweils 17.30-18.30 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4														ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	BodyWork (Bauch.Bein.Po)	Michaela Danninger-Schimpl	Dienstag, jeweils 18.30-19.30 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4	7.5	14.5	21.5	28.5	4.6							ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	YOGA MIX (für Anfänger / Fortgeschrittene)	Michaela Danninger-Schimpl	Dienstag, jeweils 19.30-20.30 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4	7.5	14.5	21.5	28.5	4.6							ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	Strength & PowerWorkout	Johannes Dürnberger	Mittwoch, jeweils 19.00-20.00 Uhr			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4	1.5	8.5	15.5	22.5	29.5	5.6							ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	RückenFitness	Michaela Danninger-Schimpl	Donnerstag, jeweils 10.00-11.00 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4	2.5	9.5	16.5	23.5	30.5	6.6	13.6						ASKÖ OÖ
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	YOGA mit YARA (Hartha Yoga)	Yara Bauer	Donnerstag, jeweils 18.45-19.45 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4	2.5	9.5	16.5	23.5	30.5	6.6	13.6						ASKÖ OÖ
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	FitnessTRAINING	Daniela Allmeier	Montag, jeweils 19.00-20.00 Uhr			22.1	29.1	5.2	12.2	19.2	26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4	6.5	13.5	20.5	27.5	3.6	10.6	17.6					ASKÖ OÖ
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	Aktiv und Gesund 50Plus	Bernhard Niedermair	Mittwoch, jeweils 09.00-10.00 Uhr			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4	1.5	8.5	15.5	22.5	29.5								ASKÖ OÖ
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Barbara Hemetsberger	Donnerstag, jeweils 15.00-15.50 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4													ASKÖ OÖ
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Barbara Hemetsberger	Donnerstag, jeweils 16.00-17.00 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4													ASKÖ OÖ
LINZ / VS 51 (Auhofschule)	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Thomas Kissler	Dienstag, jeweils 16.00-16.50 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4												ASKÖ OÖ
LINZ / VS 51 (Auhofschule)	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Thomas Kissler	Dienstag, jeweils 17.00-18.00 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4												ASKÖ OÖ

LINZ / VS 37 (Karlhofschule)	Spielen Turnen und Bewegen mit Hopsi Hopper	Andreas Neuhold	Mittwoch, 15.50-16.40 Uhr (Turnsaal links)			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4	1.5	8.5	15.5	22.5	29.5							ASKÖ OÖ
LINZ / VS 37 (Karlhofschule)	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Andreas Neuhold	Mittwoch, 17.00-18.00 Uhr (Turnsaal rechts)			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4	1.5	8.5	15.5	22.5	29.5							ASKÖ OÖ
SIPBACHZELL (alte VS)	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Alexandra Schödl	Mittwoch, jeweils 17.00-18.00 Uhr			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4												ASKÖ OÖ
SIPBACHZELL (alte VS)	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Alexandra Schödl	Donnerstag, jeweils 16.00-16.50 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4												ASKÖ OÖ
SIPBACHZELL (alte VS)	Eltern Kind Turnen mit HOPSI HOPPER	Alexandra Schödl	Donnerstag, jeweils 17.00-17.50 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4												ASKÖ OÖ
SCHARNSTEIN (NMS)	RückenFitness	Pia Möseneder	Dienstag, jeweils 19.00-20.00 Uhr			23.1	30.1	6.2	13.2	20.2	27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4	7.5										ASKÖ OÖ
NEUKIRCHEN am WALDE	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Patrick Enzlmüller	Donnerstag, jeweils 16.00-16.50 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4												ASKÖ OÖ
NEUKIRCHEN am WALDE	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Patrick Enzlmüller	Donnerstag, jeweils 17.00-18.00 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4												ASKÖ OÖ
STEYR (Wehrgraben)	Spielen,Turnen und Bewegen mit HOPSI HOPPER	Tanja Bindreiter	Mittwoch, jeweils 15.00-15.50 Uhr			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4												ASKÖ OÖ
STEYR (Wehrgraben)	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Tanja Bindreiter	Mittwoch, jeweils 16.00-17.00 Uhr			24.1	31.1	7.2	14.2	21.2	28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4												ASKÖ OÖ
STEYR (HTL)	RückenFitness	Michaela Hager	Donnerstag, jeweils 18.00-19.00 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4	2.5	9.5	16.5	23.5	30.5	6.6	13.6					ASKÖ OÖ
WEIBERN	Kinder brauchen Bewegung mit KOORDI	Elisabeth Stuhlberger	Donnerstag, jeweils 16.00-17.00 Uhr			25.1	1.2	8.2	15.2	22.2	29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4												ASKÖ OÖ
KOPFING	Rückenfitness	Patrick Enzlmüller	Montag, jeweils 17.30-18.30 Uhr								26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4	6.5	13.5	20.5	27.5	3.6	10.6	17.6				ÖGK
KOPFING	Rückenfitness	Paula Rackaseder	Mittwoch, jeweils 17.30-18.30 Uhr								28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4	1.5	8.5	15.5	22.5	29.5	5.6	12.6					ÖGK
SCHARNSTEIN (NMS)	Rückenfitness	Pia Möseneder	Dienstag, jeweils 17.30-18.30 Uhr								27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4	7.5	14.5	21.5	28.5	4.6	11.6	18.6				ÖGK
SCHARNSTEIN (NMS)	Rückenfitness	Pia Möseneder	Donnerstag, jeweils 17.45-18.45 Uhr								29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4	2.5	9.5	16.5	23.5	30.5	6.6	13.6					ÖGK
STEYR (Turnsaal der VS Wehrgraben)	Rückenfitness	Tanja Bindreiter	Dienstag, jeweils 17:00-18:00 Uhr								27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4	7.5	14.5	21.5	28.5	4.6	11.6					ÖGK
STEYR (HTL)	Rückenfitness	Michaela Hager	Donnerstag, jeweils 19.15-20.15 Uhr								29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4	2.5	9.5	16.5	23.5	30.5	6.6	13.6					ÖGK
LINZ / LISSFELD (LIVA Sportpark)	Rückenfitness	Daniela Allmeier	Montag, jeweils 18.00-19.00 Uhr								26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4	6.5	13.5	20.5	27.5	3.6	10.6	17.6				ÖGK
LINZ / ASKÖ BEWEGUNGSCENTER	Rückenfitness	Joahannes Dürnberger	Mittwoch, jeweils 18.00-19.00 Uhr								28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4	1.5	8.5	15.5	22.5	29.5	5.6	12.6	19.6				ÖGK
BAD ISCHL (HLW)	Rückenfitness	Gabriela Niedermair	Dienstag, jeweils 17.20-18.20 Uhr								27.2	5.3	12.3	19.3	26.3	2.4	9.4	16.4	23.4	30.4	7.5	14.5	21.5	28.5	4.6	11.6	18.6				ÖGK
BAD ISCHL (HLW)	Rückenfitness	Gabriela Niedermair	Donnerstag, jeweils 17.20-18.20 Uhr								29.2	7.3	14.3	21.3	28.3	4.4	11.4	18.4	25.4	2.5	9.5	16.5	23.5	30.5	6.6	13.6	20.6				ÖGK
Mauthausen (MS)	Rückenfitness	Barbara Peckhacker	Montag, jeweils 18.00-19.00 Uhr								26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4	6.5	13.5	20.5	27.5	3.6	10.6	17.6				ÖGK

Mauthausen (MS)	Rückenfitness	Barbara Peckhacker	Mittwoch, jeweils 18.30-19.30 Uhr								28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4	1.5	8.5	15.5	22.5	29.5	5.6	12.6					ÖGK
Wels (Fanziskus Gym)	Rückenfitness	Alexandra Schödl	Montag, jeweils 18.00-19.00 Uhr								26.2	4.3	11.3	18.3	25.3	1.4	8.4	15.4	22.4	29.4	6.5	13.5	20.5	27.5	3.6	10.6	17.6				ÖGK
Wels (Franziskus Gym)	Rückenfitness	Alexandra Schödl	Mittwoch, jeweils 19.00-20.00 Uhr								28.2	6.3	13.3	20.3	27.3	3.4	10.4	17.4	24.4	1.5	8.5	15.5	22.5	29.5	5.6	12.6					ÖGK