

Saisonstart 2020 - Wichtige Informationen!

Leider wird der Corona-Virus uns auch im Sportjahr 2020/2021 begleiten.

Der Semesterstart des Sportangebotes der Sportunion Michelhausen erfolgt deshalb nicht ohne Vorsicht und Respekt vor der Dynamik der ansteckenden Infektionskrankheit. Die neu geschaffene regionale Corona-Ampel an den Schulen wird uns die Veränderungen transparent anzeigen.

Folgende Allgemeine Richtlinien sind weiterhin zu beachten:

- Bitte um pünktliches Erscheinen!
- Hygienemaßnahmen und Mindestabstand 1 m einhalten!
- Fühlst du dich nicht gesund oder hast du Symptome einer Erkrankung oder Vorerkrankungen (sog. Risikogruppe) -> Bleib daheim!
- Anreise in Trainingskleidung erwünscht!
- Bring deine eingene Matte + event. Sportgerät (Hantel oder Theraband) mit!
- Garderoben und Duschen -> Bitte nur in Ausnahmefällen benutzen!
- Eltern dürfen nicht in die Gareroben kommen (Bitte vor dem Schulgebäude warten)

Wenn wir ALLE sorgsam und vernünftig sind, dann ist ab September ein „normaler“ Trainingsbetrieb möglich! Die Maßnahmen sind zum Schutz unserer Teilnehmer*innen und Übungsleiter*innen!

TRAININGSORTE:

SPORTUNION Michelhausen
Turnsaal der VS Michelhausen
Schulgasse 2, 3451 Michelhausen

TENNISANLAGE UND VEREINSHAUS
Sportunion Michelhausen
Bergfeldgasse, 3451 Michelhausen

RAIKA Michelhausen - SAAL
Tullnerstraße 23, 3451 Michelhausen



SPORTUNION Michelhausen
Grillenbergsiedlung 6, 3451 Michelhausen
Telefon: +43 (0) 6802005281
E-Mail: sportunion.michelhausen@gmail.com
ZVR-Zahl: 98512584

www.michelhausen.sportunion.at

Wir bewegen Menschen



AB 14 SEP
2020

**HERBST/WINTER-
PROGRAMM**
2020/2021

www.michelhausen.sportunion.at

WILLKOMMEN

im „Sport Herbst/Winter 2020“!

Wir bieten Euch und Euren Kindern ein umfangreiches und breites Sportangebot für mehr Fitness und gesündere Lebensweise!

„Das Geheimnis des Erfolgs ist anzufangen“

#Turnen #Geräteturnen #Pilates #Yoga #PIIT
 # Body Power Workout #Männerturnen #Fit and Fun
 # Rückenfit #Mutter Kind Turnen #Goshindo
 #Jiu Jitsu #Tennis #Rad #Wandern

.....zum Anfang genügt Motivation - doch zum Weitermachen brauchst du Routine!



SPORTPROGRAMM

MONTAG

Programm

- Kleinkindturnen
- VS Turnen
- Geräteturnen
- Pilates/Yoga
- Männerturnen

Wann?

- 16:00-16:55
- 17:00-18:25
- 18:30-19:30
- 18:30-19:30
- 19:30-21:00

Wo?

- Turnsaal
- Turnsaal
- Turnsaal
- Raika
- Turnsaal

DIENSTAG

Programm

- Mutter Kind Turnen
- Jiu Jitsu Kinder
- Jiu Jitsu Erwachsene
- PIIT
- Rückenfit

Wann?

- 16:00-17:00
- 18:00-19:10
- 19:15-19:55
- 19:20-19:50
- 20:00-21:00

Wo?

- Turnsaal
- Turnsaal
- Turnsaal
- Turnsaal
- Turnsaal

MITTWOCH

Programm

- Body Power Workout
- Yoga

Wann?

- 19:00-20:30
- 19:00-20:00

Wo?

- Turnsaal ab Okt.
- Raika

DONNERSTAG

Programm

- Fit & FUN
- PIIT

Wann?

- 19:30-20:30
- 19:30-20:00

Wo?

- Turnsaal
- Turnsaal

FREITAG

Programm

- Jiu Jitsu Goshindo
- Jiu Jitsu Jugendl.
- Jiu Jitsu Erwachsene
- Jiu Jitsu Goshindo Erw.

Wann?

- 17:30-18:50
- 18:00-19:25
- 19:30-21:00
- 19:00-21:00

Wo?

- Turnsaal
- Turnsaal
- Turnsaal
- Turnsaal

SAMSTAG bis Ende September

Programm

- Body Power Workout

Wann?

- 9:00-10:30

Wo?

- Turnsaal



MITGLIEDSBEITRÄGE

Turnen, Fit&Fun und Jiu Jitsu

Pro Kalenderjahr:

Erwachsene: € 40 Kinder: € 25

Jiu Jitsu / Goshindo

Pro Semester: Erwachsene ab € 110

Fitness-Specials Paket:

Mitgliedsbeitrag pro Semester

Erwachsene: € 95 Jugendliche&Studenten: € 40

Mit diesem Mitgliedsbeitrag ist die Teilnahme an ALLEN angeführten Sportangeboten der Sportunion Michelhausen möglich.



Weitere Informationen unter

■ www.michelhausen.sportunion.at