

HERZLICH WILLKOMMEN

JEDER DER DAS VEREINSLEBEN MAG,
SPASS AN SPORT UND BEWEGUNG HAT,

NETTE LEUTE KENNEN LERNEN MÖCHTE,
IST BEI UNS HERZLICH WILLKOMMEN.

NEUGIERIG?

DANN KOMMT EINFACH VORBEI!

UNSERE STUNDEN FINDEN IM DORFHAUS
IN ÜBERAUCHEN - BRIGACHTAL STATT.

ANSPRECHPARTNER

Kinder- und Jugendbereich Sandra Mayer
Erwachsenenbereich Jhana Van Stippelen

ÜBUNGSLEITER

Charlotte Brugger Margot Schneckenburger
Alexandra Effinger Ursula Schnurr
Daniel Fink Isabel Schmid
Stefanie Hall Eva Stadelmann
Isabell Regner Lea Strobel
Susanne Röckl Agnes Vikoler

GEBÜHREN

KINDER:

Mitgliedschaft & 1 Stunde 25 Euro / Jahr

ERWACHSENE:

Mitgliedschaft & 1 Std./Woche 35 Euro / Jahr

Mitgliedschaft & 2 Std./Woche 50 Euro / Jahr

Mitgliedschaft & 3 Std./Woche 65 Euro / Jahr

Kurse Nichtmitglieder 60 Euro / 10 Stunden

Kurse Mitglieder 50 Euro / 10 Stunden



sg | 

SPORTGEMEINSCHAFT ÜBERAUCHEN e.V.



Weitere Infos erhaltet ihr über
die **Webseite der
Gemeinde Brigachtal**

oder kontaktiert uns per E-Mail
sgueberauchengmail.com

sg | 

SPORTGEMEINSCHAFT ÜBERAUCHEN e.V.

VEREINSPROGRAMM



SPORTGEMEINSCHAFT ÜBERAUCHEN e.V.

// MONTAG

FRÜHGYMNASTIK FÜR SIE & IHN

09.00 - 10.00 UHR // MARGOT SCHNECKENBURGER
AUSDAUERTRAINING, KRÄFTIGUNG,
MOBILISATION & ENTSPANNUNG

FIT INS ALTER FÜR SIE & IHN

14.15 - 15.15 UHR // MARGOT SCHNECKENBURGER
FUNKTIONELLE GYMNASTIK, BEWEGLICHKEIT,
BALANCE, KOORDINATION, KRAFT & ENT-
SPANNUNG

SPORT FÜR FRAUEN NACH BRUSTKREBS

15.30 - 16.30 UHR // MARGOT SCHNECKENBURGER
MOBILISATION & ENTSPANNUNG

PILATES MEETSYOGA

KURS

18.00 - 19.00 UHR // ALEXANDRA EFFINGER
KRÄFTIGUNG, GLEICHGEWICHTSÜBUNGEN,
KONZENTRATION, DEHNUNG, ENTSPANNUNG

MÄNNERFIT

19.00 UHR - 20.00 UHR // EVA STADELMANN
SPORRTLICH AKTIV MIT KRAFT & AUDAUER

// DIENSTAG

KINDERTURNEN FÜR 5 & 6 JÄHRIGE

14.20 - 15.05 UHR // URSULA SCHNURR
KINDER IN BEWEGUNG

KINDERTURNEN FÜR 4 & 5 JÄHRIGE

15.10 - 15.55 UHR // URSULA SCHNURR
KINDER IN BEWEGUNG

KINDERTURNEN FÜR 3 & 4 JÄHRIGE

16.00 - 16.45 UHR // URSULA SCHNURR
KINDER IN BEWEGUNG

KINDERSPORT IM GRUNDSCHULALTER

17.00 - 18.00 UHR // STEFANIE HALL
SPORT, SPASS & SPIEL FÜR KIDS

HATHA YOGA

KURS

18.00 - 19.00 UHR // AGNES VIKOLER
GLEICHGEWICHTSÜBUNGEN & MEDITATION
FÜR KÖRPER & GEIST

FITNESS - TRAINING

19.00 - 20.00 UHR // CHARLOTTE BRUGGER
AUSDAUER, KRAFT, BEWEGLICHKEIT, KOORDI-
NATION, RÜCKENTRAINING, STRETCHING &
ENTSPANNUNG

// MITTWOCH

KINDERSPORT IM GRUNDSCHULALTER

17.00 - 18.00 UHR // LEA STROBEL
SPORT, SPASS & SPIEL FÜR KIDS

FIT & FUN FOR TEENS AB 5. KLASSE

18.00 - 19.00 UHR // DANIEL FINK
FÜR MÄDELS & JUNGS ALTERSGERECHTES
FITNESSTRaining

WELL-FIT

19.30 - 20.30 UHR // MARGOT SCHNECKENBURGER
AUSDAUER, KRAFT, FUNKTIONELLE GYM-
NASTIK, BEWEGLICHKEIT, KOORDINATION &
ENTSPANNUNG

// DONNERSTAG

WALKING & NORDIC WALKING

09.30 - 10.30 UHR // SUSANNE RÖCKL
TREFFPUNKT SPORTPLATZ ÜBERAUCHEN

DEEP WORK

KURS

18.30 - 19.30 UHR // ISABEL SCHMID
FUNKTIONELLES GANZKÖRPERTRAINING
FÜR KÖRPER, GEIST & SEELE

AFTERWORK FITNESS

19.30 - 20.30 UHR // ISABELL REGNER
AUSDAUER, BAUCH-, RÜCKEN & BEINMUSKU-
LATUR MIT & OHNE GERÄTE, STRECHING &
ENTSPANNUNG