



Herbst 2026

Kurse für Erwachsene

FIT 4 FUN

Dein gesunder Rücken wird entzücken

Montag, 18:30 - 19:30

Mittelschule Andorf

Starttermin: 28.09.2026

€ 88,00 (8 Termine)

H.I.I.T. - DER FAT BURNER

Hocheffizientes Intervalltraining

Montag, 19:40 - 20:40

Mittelschule Andorf

Starttermin: 28.09.2026

€ 88,00 (8 Termine)

YOGA

Auch für Anfänger geeignet

Kurs 1: Dienstag, 19:30 - 20:30

Kurs 2: Donnerstag, 17:45 - 18:45

Mittelschule bzw. EKiz Andorf

Starttermin: 29.09.2026 bzw. 01.10.2026

€ 88,00 (8 Termine)

MOVE & POWER

Der abwechslungsreiche Allrounder

Mittwoch, 18:45 - 19:45

Mittelschule Andorf

Starttermin: 30.09.2026

€ 88,00 (8 Termine)

MOVE & FLEX

Das sanfte Fitnesstraining für Einsteiger

Donnerstag, 19:00 - 20:00

Eltern-Kind-Zentrum Andorf

Starttermin: 01.10.2026

€ 88,00 (8 Termine)

EARLY BIRD

Dein gelungener Start in den Tag

Freitag, 08:00 - 09:00

Eltern-Kind-Zentrum Andorf

Starttermin: 02.10.2026

€ 88,00 (8 Termine)

STUHL-YOGA

Die sanfte Sesselgymnastik für jedes Alter

Donnerstag, 16:45 - 17:30

Eltern-Kind-Zentrum Andorf

Starttermin: 01.10.2026

€ 45,00 (6 Termine)

Info & Anmeldung: Mag. Elke Braid, Sportwissenschaftlerin - 0650/4573057