



KURSPROGRAMM **Frühjahr 2010**

Fit und gesund durch Bewegung

WIRBELSÄULE Karl Fuchs, Dipl.Sportlehrer

Beginn: ab 1. März 2010 (9. KW) **Dauer:** 10 Einheiten **Kurskosten:** 50,-- (30,-- für Mitglieder)

| | | |
|-------------------------|------------|---------------|
| BSZ Oed, Turnsaal 4 | Montag | 19.00 – 20.00 |
| Prunerstraße, Turnhalle | Dienstag | 18.30 – 19.30 |
| Prunerstraße, Turnhalle | Mittwoch | 10.00 – 11.00 |
| Prunerstraße, Turnhalle | Donnerstag | 18.30 – 19.30 |

Anmeldung im Kurs oder für neue Teilnehmer: per Mail an buero@oetb-linz.at oder telefonisch: 0732/77 43 84 (während der Bürozeiten)

Schnupperstunde am Dienstag, 23. Februar von 18.30 bis 19.30

BAUCH-BEINE-PO Sonja Zwettler, Akad. Psychosoziale Gesundheitstrainerin

Beginn: ab 8. April 2010 (14. KW) **Dauer:** 10 Einheiten **Kurskosten:** 50,-- (30,-- für Mitglieder)

| | | |
|-----------------------------|------------|---------------|
| Prunerstraße, Gymnastikraum | Donnerstag | 17.00 – 18.00 |
|-----------------------------|------------|---------------|

Anmeldung per Mail an buero@oetb-linz.at oder telefonisch: 0732/77 43 84 (während der Bürozeiten); Mindestteilnehmer: 8