

**Bewegungsangebote 2023 „Gesundes Dorf“ Draßmarkt- Karl- Oberrabnitz**  
 erstellt von AKL Gesundes Dorf Therese Tripold

Wochentag	Zeit	Sportart	Trainer*In und Kontaktdaten
Montag	17:30-19:00 Uhr	Yoga im Feuerwehrhaus Oberrabnitz	Julia Gmeiner Tele: 0664 9138074 Kosten: 15 Euro
Dienstag	19:00-19:50 Uhr ..... 14:30 Uhr bis.....	Pilates ..... Asphaltstockschießen (immer bei gutem Wetter am Sportplatz statt)	Lisa Welleditsch Tele: 0664 5639988 Kosten: 10 Euro ..... Resi Schrack Gesundes Dorf Mitglied sowie Pensionistenverein Tele: 06642067409 Kostenlos
Mittwoch	18:00-19:30	Bauchtanz- Bellydance	Lisa Hacksteine Tele: 0699/11156698
Donnerstag			
Freitag	14:50 - 15:55 Uhr 16:00 -17:00 Uhr 17:00-18:00 Uhr	Mama Workout Mama Baby Workout Rückbildung (für Frauen nach der Geburt) Body Workout für Frauen und Männer	Mag. Elisabeth Bredl Sportwissenschaftlerin und Postnatal Trainerin Tele: 0664 977 76 92
Samstag			
Sonntag			



Folgende Angebote finden im Turnsaal der Volksschule Draßmarkt statt, andere Orte sind beim Angebot vermerkt. Stand Feb. 2023.