



## ANGEBOTE | WÖCHENTLICH → AB 22.4.22 IN PRÄSENZ

Stand 22.4.22

Sept 2021 – Aug 2022

ausgenommen Feiertage

Anmeldung [www.sc-klinik.tirol](http://www.sc-klinik.tirol) oder TIPO: (SMS)Spektrum | Mitarbeiter:innen | Sport  
 Jahresbeitrag € 70,- einmalig für ALLE Angebote | wöchentlich

Tag	Zeit	Angebot	Ort	Plan	TrainerIn
Mo	12.30-13.30	MITTAGSENTSPANNUNG	Med. Psychologie, Speckbacherstr. 23/1		Harald Hörmann
Mo	18.30-20.00	KRAFT-AUSDAUER-DEHNEN	online Link s. homepage		Marlene Deurer
Mo	16.45-17.35	BALLET FÜR ERWACHSENE	AZW Bewegungsraum		Katharina Rizzi- Maar
Mo	17.00-18.00	ZUMBA	Turnsaal FK Flachbau (3-U1-630)	b	Cheryl Kinzer- Brugger
Mo	17.30-19.00	KUNDALINI YOGA	KHZ Gymnastikraum (5-G1-254)	a	Sabine Koch
Mo	19.00-20.30	YIN YOGA	KHZ Gymnastikraum	a	Sabine Koch
Di	17.00-17.45 17.45-18.30	PILATES GANZKÖRPERKRÄFTIGUNG	Turnsaal FK Flachbau	b	Sabine Scholz
Di	17.00-17.45 17.45-18.30	BEWEGUNGSTRAINING BODYBALANCE	AZW Bewegungsraum		Susanne Sturm
Di	17.30-19.00	ORIENTALISCHER TANZ	KHZ Gymnastikraum	a	Stephanie Lindner
Mi	17.30-18.30	QIGONG	online Link s. homepage	d	Florian Gersdorf
Mi	17.00-17.45 17.45-18.30	PILATES GANZKÖRPERKRÄFTIGUNG	Turnsaal FK Flachbau	b	Katharina Mössmer
Mi	17.00-18.15	YOGA	AZW Bewegungsraum		Barbara Hutter
Mi	18.30-20.00	BALKANTANZ	Turnsaal FK Flachbau		Marko Vasic
Mi	19.30-20.30	WIRBELSÄULENGYMNASTIK	AZW Bewegungsraum		Marlene Deurer
Do	18.15-19.15	ZUMBA	Turnsaal FK Flachbau	b	Cheryl Kinzer- Brugger
Do	17.30-19.00	BECKENBODEN-BALANCE	KHZ Gymnastikraum	a	Haslwanter Eveline

ALLE INFOS AUF [WWW.SC-KLINIK.TIROL](http://WWW.SC-KLINIK.TIROL)

LAGEPLAN S. HOMEPAGE



Franz Preishuber | Obmann SC Klinik