

# Einladung zum ASKÖ Schnuppertag

am Freitag, den 10. September 2010

im ASKÖ Bewegungszentrum  
Roseneggerstraße 19, 9020 Klagenfurt

<b>15:00- 16:00</b>	<b>Eltern Kind Turnen</b>
<b>16:00- 17:00</b>	<b>Hopsi Hopper Kinderturnen</b>
<b>16:00- 17:00</b>	<b>Rücken- Fit</b>
<b>17:00- 18:00</b>	<b>Dance Aerobic</b>
<b>18:00- 19:00</b>	<b>Basics</b>

**Eltern- Kind- Turnen** Für Eltern und Kinder im Alter von 3-5 Jahren. Gemeinsam spielerisch Bewegung erleben.

**Hopsi Hopper Turnen** Kinder von 5-8 Jahren können hier ihren kindlichen Bewegungsdrang unter Anleitung ausleben.

**Rücken-Fit** Zur Prävention und zum Ausgleich von Rückenproblemen und einseitigen Alltagsbelastungen.

**Dance Aerobic** Rhythmisches Herz- Kreislauftraining mit Musik.

**Basics** Die ideale Unterstützung für alle Wintersportarten. Sensomotorisches und koordinatives Beweglichkeitstraining mit Gleichgewicht- Koordination- und Krafteinheiten.

Wir bitten um Voranmeldung unter:  
[kursanmeldung@askoe-kaernten.at](mailto:kursanmeldung@askoe-kaernten.at)

Tel: 0463/ 51 18 76  
[www.askoe-kaernten.at](http://www.askoe-kaernten.at)