

www.sportunionfavoriten.at



**SPORT
UNION
FAVORITEN**

Sommersemester 2012



Austria Gütezeichen
Österreichischer Musterbetrieb

Fitness- u. Freizeitsport, Wellness

Bericht Nr. v. 18.11.2011
QUALITY AUSTRIA, Linz

Registrierungs Nr. 19.001



Stand 21. März 2012



175 Einheiten pro Woche an 17 Standorten in den Bezirken
1030, 1050, 1100, 1110 und 1170 Wien!



Alle Einheiten mit dem Gütesiegel „Fit für Österreich“



ZVR: 932254785



TEL.: +43 1 603 78 73 FAX DW 20 office@sportunionfavoriten.at
ERSTE BANK Konto Nummer 2036789 BLZ 20111

Gesamtprogramm Sommersemester '12



1030 Wien, Apostelgasse 18 – Saal A		
Montag		
10:00	Bauch-Bein-Po	Conny
11:00	Zumba	Conny
Dienstag		
10:00	Body Toning light	Jasmin
11:00	Rücken & Stretch (75 Min.)	Jasmin
15:00	Kleinkinderturnen (4-6 Jahre)	Adam
16:00	Kinderturnen (6-8 Jahre)	Adam
17:00	Mädchenturnen (6-12 Jahre)	Adam
Mittwoch		
10:00	Body Toning	Conny
11:00	Zumba	Conny
18:00	Easyline	Hans G.
19:00	Musikgymnastik	Hans G.
Donnerstag		
08:30	Pilates für Anfänger	Jasmin
09:30	Rücken & Stretch (75 Min.)	Jasmin
15:00	Kleinkinderturnen (4-6 Jahre)	Ingo
16:00	Kleinkinderturnen (3-5 Jahre)	Ingo
17:00	Kinderturnen (6-12 Jahre)	Ingo
18:15	Pilates	Julia
Freitag		
08:45	Pilates & Stretching (75 Min.)	Julia

Aktiv-Bewegt in der Apostelgasse 18	
Montag und Mittwoch	
08:00-09:30 (Saal A / Kraftkammer)	Nadine
09:30-11:00 (Saal A / Kraftkammer)	Nadine
16:00-17:30 (Saal A / Kraftkammer)	Roland
Montag und Freitag	
17:30-19:00 (Saal A / Kraftkammer)	Ali,Christian
19:00-20:30 (Saal A / Kraftkammer)	Ali,Christian
Dienstag und Donnerstag	
08:00-09:30 (Saal A / Kraftkammer)	Sandra, Christian
09:30-11:00 (Saal A / Kraftkammer)	Sandra, Christian
11:00-12:30 (Saal A / Kraftkammer)	Christian, Nadine

1050 Wien, Castelligasse 25		
Montag		
18.00	Musikgymnastik	Iris
19.00	Body Toning	Iris
Dienstag		
18.00	Bauch-Bein-Po	Renate R.
19.00	Pilates	Renate R.
Mittwoch		
18.00	Aktiv Bewegt	Johannes
Donnerstag		
18.30	Musikgymnastik	Helga
19.30	Wirbelsäulengymnastik	Helga

Öffnungszeiten Kraftkammer:

Montag:	17:00-21:30
Dienstag:	14:00-21:30
Mittwoch:	13:00-21:30
Donnerstag:	09:00-21:30
Freitag:	09:00-21:30
Samstag:	08:00-19:30

1100 Wien, Absberggasse 50		
Donnerstag		
18.30	Volleyball ab 15 J.	Maria

1100 Wien, Campus Monte Laa, TS 2 Rudolf-Friemel-Gasse 3		
Montag		
18.30	Musikgymnastik	Lisa S.
19.30	Zumba	Lisa S.
Dienstag		
18.30	Step Basic	Daniela
19.30	Body Toning	Daniela
Mittwoch		
18.30	Volleyball (ab 15 J., bis 21.00 Uhr)	Maria
Donnerstag		
18.30	Power Wirbelsäule	Gabi
19.30	Pilates	Gabi
Freitag		
18.00	Wirbelsäule&Beckenboden	Regina
19.00	Body Toning	Regina



1100 Wien, Ettenreichgasse 45c (BAKIP-Turnsaal), Eingang Daumegasse 8		
Montag		
16.30	Musikgymnastik *	Claudia G.
17.30	Bauch-Bein-Po	Claudia G.
18.30	Power-Wirbelsäule	Doris L.
19.30	Wirbelsäulengymnastik	Doris L.
Dienstag		
18.45	Body Toning	Claudia S.
19.45	<i>Dance Aerobic XL (75 Min.)</i>	<i>Caro</i>
Mittwoch		
18.30	Body Toning	Natascha
19.30	Musikgymnastik XL* (75 Min.)	Natascha
Donnerstag		
18.00	Bauch-Bein-Po	Carmela
19.00	Step Aerobic*	Carmela
Freitag		
18.00	Tai-Chi (Anfänger)	Helmut
19.30	Tai-Chi (Fortgeschritten)	Helmut
Samstag		
16.00	Musikgymnastik	Carmela
17.00	Fatburning*	Carmela
Sonntag		
09.00	Musikgymnastik	wechselnd
10.00	Bauch-Bein-Po	wechselnd

1100 Wien, Kempelengasse 20		
Montag		
17.30	Zumba	Sabine
18.30	Bauch-Bein-Po	Sabine
19.30	Fatburning	Sabine

1100 Wien, Maria-Rekker-Gasse 3		
Montag		
18.00	Pilates	Lisa
Dienstag		
18.00	Bauch-Bein-Po	Doris S.
19.00	Wirbelsäulengymnastik	Doris S.
Donnerstag		
18.00	Wirbelsäule & Stretch (100 Min.)	Johannes

1100 Wien, PAHO-Halle (Jura-Soyfer-G. 3)		
Dienstag		
18.00	Musikgymnastik – XL* (75 Min.)	Claudia K.



1100 Wien, Pernerstorfergasse 43			
Montag			
17.00	UG	Fatburning	Natascha
18.00	UG	Body Toning	Natascha
18.00	OG	Osteoporose-Gymnastik	Herbert
19.00	UG	Volleyball (ab 15 Jahren)	Hermann
19.00	OG	<i>Body Toning</i>	<i>Herbert</i>
20.00	UG	Volleyball (ab 15 Jahren)	Hermann
Dienstag			
17.30	UG	Wirbelsäulengymnastik	Monika
18.00	OG	<i>Pump & Move* (100 Min.)</i>	<i>Carmela</i>
18.30	UG	Musikgymnastik	Monika
Mittwoch			
18.00	OG	Zumba	Denee
18.00	UG	Jiu Jitsu A.+ F. (6-14 Jahre)	Jiu-Team
19.00	OG	Zumba	Denee
19.30	UG	Jiu Jitsu Fortg. (ab 14, J+E)	Jiu-Team
Donnerstag			
17.00	UG	Pilates	Isabelle
18.00	OG	Musikkondition*	Isabelle
19.00	OG	Bauch-Bein-Po*	Isabelle
Freitag			
17.30	OG	Dance-Aerobic XL 75 Min.	Caro
18.00	UG	Jiu Jitsu Fortg. (6-14 Jahre)	Jiu-Team
19.30	UG	Jiu Jitsu Fortg. (ab 14, J+E)	Jiu-Team

1100 Wien, Quellenstraße 54		
Montag		
15.00	Kinesiologie	Ute
16.00	Eltern-Kind-Turnen	Susi B.
17.00	Kinderturnen (4-7 Jahre)	Susi B.
18.00	Kinesiologie	Ute
19.40	Qi Gong (75 Min.)	Renate M.
Dienstag		
16.00	Eltern-Kind-Turnen	Susi B.
17.00	Kinderturnen (4-7 Jahre)	Susi B.
18.00	Bauch-Bein-Po	Verena
19.00	Bauch-Bein-Po	Verena
Mittwoch		
14.00	Yoga* (90 Min.)	Trixi
16.00	Kinderturnen (4 -7 Jahre)	Regina, Patrick
17.00	Kinderturnen (6-10 Jahre)	Regina, Patrick
18.00	Ballspiele Kids ab 10 (75 Min.)	Patrick
19.30	Yoga * (90 Min.)	Trixi
Donnerstag		
15.45	Eltern-Kind-Turnen	Verena
17.00	Wirbelsäulengymnastik	Verena
18.00	Musikgymnastik	Verena
19.00	Yoga (90 Min.)	Trixi

* Für Fortgeschrittene
Neue Beginnzeiten/Einheiten kursiv gedruckt

1100 Wien, Quellenstraße 56		
Montag		
14.00	Pilates	Mario
15.00	Wirbelsäule Soft	Mario
16.00	Nia	Mario
17.00	Bauch-Bein-Po	Marion
18.00	Fatburning	Marion
19.00	Body Toning	Dani R.
20.00	Musikgymnastik	Dani R.
Dienstag		
16.00	Wirbelsäule&Beckenboden	Regina
17.00	Body Toning	Regina
18.00	Step Basic	Renate G.
19.00	Musikgymnastik	Renate G.
Mittwoch		
14.00	Wirbelsäule Soft	Mario
15.00	Nia	Mario
16.00	Wirbelsäulengymnastik	Helga
17.00	Musikgymnastik	Helga
18.00	Video Clip Dance (Teens 10-16 J)	Aylin
19.00	Hip Hop Moves – Basic	Aylin
Donnerstag		
16.00	Musikgymnastik	Sabine
17.00	Zumba	Sabine
18.00	Bauch-Bein-Po	Monika
19.00	Musikgymnastik	Monika
Freitag		
15.00	Pilates	wechselnd
16.00	Body Toning	wechselnd
17.00	Wohlfühlgymnastik	wechselnd
18.00	Fit mit Tanz	Bettina

1100 Wien, Tesarekplatz 4		
Mittwoch		
16.00	Jiu Jitsu (Kinder bis 10 Jahre)	Jiu-Team
17.00	Jiu Jitsu (Jugendl. + Erw.)	Jiu-Team
Donnerstag		
14.00	Eltern/Kind Turnen	Tina
15.00	Kinderturnen	Tina, Jessica
16.00	Jiu Jitsu (Kinder bis 10 Jahre)	Jiu-Team
17.00	Jiu Jitsu (Jugendl.+ Erw.)	Jiu-Team
Samstag		
13.00	Jiu Jitsu (Kinder bis 10 Jahre)	Jiu-Team
14.00	Jiu Jitsu (für Jugendl. und Erw.)	Jiu-Team
16.00	Zumba	Tatjana
17.00	Zumba	Tatjana

1110 Wien, Svetelskystraße 6		
Montag		
18.00	Musikgymnastik	Susi Sch.
19.00	Fatburning	Susi Sch.
19.55	Wirbelsäulengymnastik	Susi Sch.
Dienstag		
18.00	Wirbelsäulengymnastik	Christine
18.00	Jiu Jitsu (6-10 Jahre)	Jiu-Team
18.00	Selbstverteidigung (ab 14 J.)	Jiu-Team
19.00	Body Toning	Christine
19.00	Jiu Jitsu (ab 10 Jahren)	Jiu-Team
19.55	Pilates	Christine
Mittwoch		
18.30	Bauch-Bein-Po	Jasmin
19.30	Fatburning + Stretch (75 Min.)	Jasmin

1110 Wien, Wilhelm-Kreß-Platz 32		
Montag		
18.00	Fatburning	Waltraud
19.00	Wirbelsäulengymnastik	Waltraud
Dienstag		
18.30	Bauch-Bein-Po	Lola
19.30	Pilates	Lola



1170 Wien, Hormayrgasse 7a/1		
Montag und Mittwoch (ab März 2012)		
09:00	Aktiv Bewegt (90 Min.)	Markus
18:00	Aktiv Bewegt (90 Min.)	Momo
Freitag		
09:00	Wirbelsäulengymnastik	Andrea



1170 Wien, Parhamerplatz 18, 1.Stock		
Donnerstag		
18:00	Teenagerturnen (90 Min.)	Verena

1170 Wien, Wichtelgasse 67/II		
Montag		
16:00	Bewegung und Sport erleben (6-9J)	Adam
17:30	Bewegung und Sport erleben (10-12 J.)	Adam
19:30	Musikgymnastik ‚Er & Sie‘	Ewa
Dienstag		
15:30	Eltern-Kind-Turnen (2-3 jährige)	Anna
16:30	Eltern-Kind-Turnen (4-5 jährige)	Anna
17:30	Mädchenturnen (6-10 Jahre)	Astrid
19:30	Damengymnastik mit Musik	Ewa
Mittwoch		
19:00	Aerobic mit Tanzelementen und Stretching (90 Min.)	Evi
Donnerstag		
16:00	Motopädagogik (3-5 Jahre)	Christa
17:30	Motopädagogik (6-10 Jahre)	Christa
19:00	Bauch-Bein-Po ‚Er & Sie‘	Hilde

U+H-Info



Eine Initiative des Bundeskanzleramtes und der Österreichischen Bundes-Sportorganisation.

Alle Mitgliedsbeiträge und Preise für das Sommersemester 2012

Sparte - Beitragskategorie	SS 2012
Turnen und Gymnastik für Erwachsene (ab 18 Jahren)	€ 82
Turnen und Gymnastik für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre	€ 55
Yoga, Qi Gong und Tai Chi	€ 110
Volleyball Kinder, Jugendliche u. Erwachsene	€ 85
Jiu Erwachsene	€ 110
Jiu Kinder und Jugendliche	€ 55
Erwachsene 5., 11. und 17. Bezirk	€ 60
Eltern-Kind-Turnen im 17. Bezirk	€ 75
Motopädagogisches Turnen im 17. Bezirk	€ 100
Aktiv Bewegt (an allen Standorten)	€ 150
Apostelfitness – Sportzentrum in 1030 Wien, Apostelgasse 18 Turnen, Gymnastik und Kraftkammer für Erwachsene	€ 130
Apostelfitness – Sportzentrum in 1030 Wien, Apostelgasse 18 Turnen und Gymnastik für Kinder und Jugendliche (bis 18 Jahre)	€ 105
Treue unterstützende Mitglieder (berechtigt nicht zur Teilnahme am Übungsbetrieb)	ab € 15
Einmalige Einschreibgebühr	€ 20

Als Mitglied der Sportunion Favoriten und der Sportunion Hernals sind Sie berechtigt, das gesamte Sportprogramm innerhalb einer Sparte zu nützen. Zusätzlich können auch alle Einheiten der billigeren Beitragskategorien ohne Zusatzkosten besucht werden!

Alle Preise gültig pro Semester!

Wintersemester: September bis Jänner

Sommersemester: Februar bis Juni

Unser Sommerprogramm im Juli und August ist für Mitglieder (des Sommersemesters) gratis!

Nutzen Sie auch unser Massageangebot in der Ettenreichgasse und in der Pernerstorfergasse!
Informationen direkt bei den Masseuren vor Ort.

Therme Bad Blumau - Preise für Mitglieder	
Montag bis Donnerstag	€ 70
Freitag bis Sonntag	€ 80
3. und 4. Person (pro Person und Nacht)	€ 50
Kinder bis 6 Jahre	Gratis
Endreinigung (einmalig)	€ 20

Buchen Sie Ihren nächsten Kurzurlaub in unserem Appartement in der Rogner-Therme Bad Blumau!



Unsere unschlagbaren Sonderpreise exklusiv für Mitglieder pro Person und Nacht, inklusive Frühstücksbuffet und Eintritt in die Thermen- und Saunalandschaft (Kinder bis 6 Jahre gratis):

Montag bis Donnerstag	€ 70,00
Freitag bis Sonntag	€ 80,00
3. + 4. Person im Appartement je	€ 50,00
Endreinigung:	€ 20,00

Weitere Infos inkl. Buchungskalender finden Sie unter www.sportunionfavoriten.at

Für alle, die noch weiter in den Süden wollen: Sport und Wellness in Dalmatien!



Auf den Spuren Winnetous in Kroatien – unter diesem Motto genießen Sie mit unserem Partnerverein WSC Water-World unvergessliche Tage in eindrucksvoller Umgebung direkt am Meer.

Am Ende der Autobahn von Sveti Rock in Richtung Zadar erhebt sich das Mali-Alan-Gebirge, dem Originalschauplatz der Winnetou-Filme mit Pierre Brice und Lex Barker. Ein großer Anteil am Erfolg dieser Filme fällt bestimmt den Szenen zu, die im Stande waren, das Milieu und die Atmosphäre des Wilden Westens mit den genialen Naturmotiven überzeugend darzustellen. Bis heute werden die originalen Filme aus den 1960er Jahren regelmäßig ausgestrahlt und Sie haben jetzt die Möglichkeit, die Originalschauplätze hautnah kennenzulernen!

Ausgehend vom direkt am Meer gelegenen, großzügig angelegten Haus bieten sich unzählige Möglichkeiten, einen Urlaub nach jedem Geschmack zu gestalten – Wassersport in all seinen Facetten (auch der Erwerb des Küstenpatents wird angeboten!), Wandern oder Mountainbiken im Hinterland, nostalgische Rundfahrten mit dem Holzschiff „Gabriele“, ausgedehnte Spaziergänge am Strand oder einfach nur Baden im kristallklaren Wasser.

Das alles gibt es exklusiv für unsere Mitglieder zu einem wirklich einmaligen Preis! Das Apartment im Obergeschoß bietet mit drei großen Schlafzimmern Platz für bis zu acht Personen und kostet pro Woche € 990,00. Ein weiteres Apartment um € 550,00 pro Woche bietet Platz für zwei Personen und verfügt neben Bad und WC auch über eine eigene Küche.

Alle weiteren Infos und den aktuellen Buchungskalender gibt es hier in diesem Folder oder auf der Homepage von Water-World www.water-world.cc.



Empfehlen Sie uns weiter ...

Werben Sie für das Sommersemester 2012 drei neue Mitglieder und Sie turnen im Wintersemester 2012/13 gratis! Senden Sie einfach die Namen der von Ihnen geworbenen Mitglieder an unsere Geschäftsstelle.

... Ihre Sportunion Favoriten



Austria Gütezeichen
Österreichischer Musterbetrieb



Fitness- u. Freizeitsport, Wellness

Bericht Nr. v. 18.11.2011
QUALITY AUSTRIA, Linz

Registrierungs Nr. 19.001