

Sommer Gesundheits- und Bewegungsprogramm

☀ **POWERYOGA am Teich** mit Mag. Stefanie Kokot

Wann: Dienstag

Uhrzeit: 18:30 bis 19:30 Uhr

Wo: Teich Sonnenplatz Großschönau

Kosten: € 30,- für 5 Einheiten, die 2 Monate gültig sind

Anmeldung: 0664/17 83 558 (Name und Telefonnummer angeben)
oder per Mail Mamiki.sport@gmx.at

Info: Turnmatte mitbringen; eventuell auch warmen Pullover/Weste

Mit dynamischen Asanas-Abfolgen, kombiniert mit der Atmung, verbessern wir unsere Kraft und Beweglichkeit. Du möchtest mal etwas Anderes ausprobieren und an die ein oder andere "Grenze" gehen? Dann bist du hier richtig!

☀ **ZUMBA-PARTY für Erwachsene** mit Julia Hobiger und Simone Zatl

Wann: Freitag, 11. Juli 2025

Uhrzeit: 18:30 bis 20:30 Uhr

Wo: Volksschule Großschönau (bei Schönwetter am Fußballplatz)

Kosten: Freie Spende

Anmeldung: Julia Hobiger (0677/635 633 12); Simone Zatl (0664/366 03 63)

Info: Um verbindliche Anmeldung wird gebeten! Findet ab 7 Personen statt.

Lust auf eine Extraportion Spaß und Bewegung? Dich erwarten mitreißende Zumba-Choreos, heiße Beats und erfrischende Mocktails. Komm vorbei, tanz dich frei und feier mit uns eine unvergessliche Zumba-Party!

Sommer Gesundheits- und Bewegungsprogramm

ZUMBA-PARTY für Kids mit Julia Hobiger und Jana Gattringer

- Wann:** Donnerstag, 14. August 2025
Uhrzeit: 18:00 bis 19:00 Uhr
Wo: Volksschule Großschönau (bei Schönwetter am Fußballplatz)
Kosten: Freie Spende
Anmeldung: Julia Hobiger (0677/635 633 12); Jana Gattringer (0677/612 887 24)
Info: Um verbindliche Anmeldung wird gebeten! Findet ab 7 Personen statt.
Bist du bereit für Tanz, Spaß und coole Moves? Bei unserer Kinder-Zumba-Party erwarten dich coole Lieder, tolle Choreos und ganz viel gute Laune. Komm vorbei und tanz mit uns – wir freuen uns auf dich!

FÜHL DICH FIT mit Patrick Kitzler

- Wann:** Dienstag, 26. August 2025
Uhrzeit: 17:15 bis 18:15 Uhr
Wo: Turnsaal Volksschule Großschönau
Kosten: € 13,-/Person
Anmeldung: Erforderlich; WhatsApp Patrick Kitzler +43 676 5500585
Info: Der Kurs findet ab 10 Personen statt.
Alleine im stillen Kämmerlein zu trainieren oder ins Fitnessstudio zu pilgern kommt für dich nicht in Frage? Dann lass dich in einem motivierenden Ganzkörpertraining von der Gruppendynamik mitreißen! Egal ob du deine Schmerzen in den Griff bekommen möchtest oder deinen Körper formen willst. Durch eine professionelle Anleitung ist all das mit Freude und Leichtigkeit möglich! Ich freue mich auf dich!

Ferienprogramm 2025

Komm in den Ferien in die Bücherei und hol dir ein Buch, Spiel, DVD oder Zeitschrift! Gratisausleihe für Kinder und Jugendliche!

☀ Ponyführabzeichen mit Katja Peherstorfer

Wann: Mittwoch, 2. Juli 2025 und Mittwoch, 27. August 2025
Uhrzeit: 14:00 bis 16:00 Uhr
Wo: 3922 Mistelbach 23
Kosten: € 20,- pro Kind
Anmeldung: 0676/954 32 69 (Name und Telefonnummer angeben)
Info: Für Kinder ab 3 Jahren, mit und ohne Vorkenntnisse, KEIN Reiten.

☀ Kreativität trifft Videoschnitt- ein Videokurs für werdende Creator mit Mag. A. Hanna Berezniatska

Wann: 9. Juli bis 30. Juli 2025; mittwochs
Uhrzeit: 9:00 bis 12:00 Uhr
Wo: Projektsaal der Privatstiftung PAN, 3922 Harmannstein 2
Anmeldung: Erforderlich bis 1. Juli 2025 per WhatsApp 0681/102 337 18
Kosten: € 119,- Geschwisterrabatt (bei gemeinsamer Anmeldung) € 95,00
Info: Nutze dein Handy sinnvoll und kreativ! In diesem Videokurs wirst du selbst zum Creator!

1. Kamera-, Film- und Videoschnittgrundlagen- einfach und verständlich erklärt
2. Coole Effekte, Musik, Texte & Übergänge gekonnt einsetzen
3. Eigene Ideen in kreativen Kurzvideos umsetzen
4. Teilnehmerzertifikat für deine erworbene Medienkompetenz

Du brauchst nur dein Handy mit CapCut App, Ladegerät und Spaß.

Ferienprogramm 2025

☀ „Eine fantastische Reise durch die Welt der Bücher“ mit der Volks- und Ferienbücherei Großschönau

Wann: Freitag, 25. Juli 2025
Uhrzeit: 14:30 Uhr
Ort: Teich beim Sonnenplatz
Anmeldung: Sabine Wiesmayr 0664/2797807
Info: Max findet ein altes Buch und landet im Reich der Kinderbücher. Pippi Langstrumpf bittet ihn um Hilfe die magischen Schlüssel zu finden.

☀ Piratenschatzsuche mit Katja Peherstorfer

Wann: Samstag, 9. August 2025
Uhrzeit: 14:00 bis 16:00 Uhr
Wo: 3922 Mistelbach 23
Kosten: € 25,- pro Kind
Anmeldung: 0676/954 32 69 (Name und Telefonnummer angeben)
Info: „Captain Hinkebein hat seinen Schatz verloren“, für Kinder ab 3 Jahren.

☀ „Mit allen Sinnen durch den Wald“ mit Benedikt Hrouza

Wann: Donnerstag, 14. August 2025
Uhrzeit: 14:00 bis ca. 16:00 Uhr
Wo: Spielplatz beim Sonnenplatz
Kosten: € 3,- pro Kind (mit Unterstützung der KLAR! Lainsitztal)
Anmeldung: 0664/274 58 57 (Name und Telefonnummer angeben)
Info: Für Kinder ab 4 Jahren; die Teilnahme ist nur in Begleitung eines Erwachsenen möglich.

Ferienprogramm 2025

☀ Kreativer Kräuter Workshop für Kinder mit Christine Eichinger

- Wann:** Dienstag, 19. August 2025,
Uhrzeit: 14:00 bis ca. 16:30 Uhr
Wo: Treffpunkt am Sonnenplatz- Spielplatz
Anmeldung: Erforderlich; WhatsApp Christa 0664/736 68 472
Kosten: € 10,- pro Kind von 4-8 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen
Info: Einfach spielerisch die faszinierende Welt der heimischen Pflanzenwelt kennen und nutzen lernen. Mit einer kleinen Kräuterjause lassen wir den Workshop ausklingen.

☀ Ballino die Ballschule im Waldviertel Summer-Special mit Johannes Kitzler

- Wann:** Montag, 14. Juli 2025 und Montag, 11. August 2025
Uhrzeit: 14:30 bis 16:30 Uhr
Wo: Je nach Wetterlage im Turnsaal der VS Großschönau oder Outdoor
Anmeldung: Erforderlich; WhatsApp Sabine 0664/73 44 0036
Kosten: € 25,-/Termin inkl. Obstjause und Getränke
Info: Für Kinder im Alter von 4-10 Jahren.
Es erwartet euch ein lustiger Nachmittag voller Spaß und Bewegung!

☀ Kräuterwanderung: „Wie schmeckt denn die Natur“ mit Michaela Haider

- Wann:** Montag, 25. August 2025
Uhrzeit: 14:30 – ca. 16:30 Uhr
Wo: Treffpunkt am Sonnenplatz- Spielplatz
Anmeldung: 0677/619 60 580 WhatsApp
Kosten: € 10,- pro Kind – Kinder von 8-14 Jahren
Info: Den Kindern wird Wissen um die Wirkung der Wildkräuter nähergebracht. Wir sammeln Wildkräuter mit Bedacht und zaubern eine gute Jause. Es können gerne im Anschluss Badebomben kreiert werden. Auch Erwachsene dürfen gerne teilnehmen.

Ferienprogramm 2025

☀ Solarix-Ferienprogramm in der SONNENWELT Großschönau im Juli und August:

Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag 10-16 Uhr (letzter Einlass: 15 Uhr)

- **Zeugnisaktion (27. bis 29. Juni):** Komm mit deinem Zeugnis vorbei und entdecke die SONNENWELT kostenlos!
- **Solarix-Kinderführung** jeden Freitag um 10:30 (ohne Aufpreis)
- **Solarix Rätselrallye** – Entdeckungstour durch die Sonnenwelt (Aufpreis: 3 Euro)
- Fleißige „Zukunftsdetektive“ werden mit einer Überraschung belohnt.
- **Gratis Sommer-Rätselrallye:** 28.Juni bis 31.August 2025; kostenlos

☀ Selbstverteidigung für Kinder mit Patrick Kitzler

Wann: Dienstag, 26. August 2025

Uhrzeit: 16:00 bis 17:00 Uhr

Wo: Turnsaal der Volksschule Großschönau

Anmeldung: Erforderlich; WhatsApp Patrick Kitzler +43 676 5500585

Kosten: € 13,- pro Kind

Info: Der Kurs findet ab 10 Personen statt.

Kinder sprühen vor Energie und Lebensfreude. Selbstverteidigungskurse schaffen einen behüteten Raum, in dem sie nicht nur spielerisch lernen, ihre Kraft sinnvoll zu nutzen, sondern auch Selbstvertrauen aufbauen. Gemeinsam erkunden wir die realistischsten Bedrohungsszenarien und stärken ihre Fähigkeit, sich selbstbewusst und respektvoll zu behaupten – für eine Welt ohne Mobbing und Gewalt.

Schönen Sommer wünscht das Team der Gesunden Gemeinde Großschönau!

Bei Fragen bitte Veranstalter*in oder Trainer*in direkt kontaktieren.

Bettina Bruckner: 0664/655 17 14 – bruckner.bettina@gmx.at

Julia Hobiger: 0677/635 63 312 – gesundegemeindegrossschoenau@gmail.com

Facebook: Gesunde Gemeinde Großschönau

Instagram: gesundegemeinde_grossschoenau