

CLUBA.

WINTERSEMESTER 2025/2026

**15. SEPTEMBER 2025
BIS 30. JÄNNER 2026**



www.cluba.at

WINTERSEMESTER 2025/2026

15. SEPTEMBER 2025 BIS 30. JÄNNER 2026

GROUP-FITNESS + YOGA

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG		
08:50	WIRBELSÄULEN-GYMN. • FM1 (55) MARION	08:50	PILATES • FM1 (55) 2 • ELISABETH	08:40	GENTLE MORNING YOGA • FM2 (70) 1-3 • STEFANIE	09:00	SENIOR*INNEN-FIT • FM1 (50) ERICH	09:20	WIRBELSÄULEN-GYMN. • FM1 (55) MONIKA	09:00	STARKE MITTE • FM1 (55) 1-3 • CLAUDIA P.			
10:00	WORKOUT • FM1 (55) 1-3 • CLAUDIA P.	08:50	WIRBELSÄULEN-GYMN. • FM2 (55) CLAUDIA N.	08:50	WIRBELSÄULEN-GYMN. • FM1 (55) MARION	10:00	EASY-STEP • FM1 (55) 1-2 • MONIKA	10:30	KRAFT-ZIRKEL • FM1 (55) MONIKA	10:05	BODYART • FM1 (70) 1-3 • MONIKA			
		10:00	CHOREO+CO • FM1 (55) 1.+3. Dienstag/Monat • 1-3 • ELISABETH	10:00	FÜR IMMER FIT • FM1 (55) GABY									
				10:00	HOCKER-GYMNASTIK • FM2 (55) Bitte um Voranmeldung • MARION									
17:30	CARDIO+WORKOUT • FM1 (55) 2-3 • DANI	18:00	YOGILATES • FM2 (55) 1-3 • VICTORIA	17:50	POWER-YOGA • FM2 (70) 2-3 • MARIE	16:30	ALLTAGS-FIT • Phönix-Saal (55) DORIS S.	17:30	WORKOUT • FM1 (55) 1-3 • DANI	09:00	WORKOUT • FM1 (55) 1-3 • MARTINA			
18:25	PILATES • Phönix (55) 1-2 • DORIS F.	18:00	LANGHANTEL-TRAINING • FM1 (55) 2-3 • SONJA	18:00	STEP INTERVALL • FM1 (55) 2-3 • DANI	17:30	WIRBELSÄULEN-GYMN. • FM1 (55) SONJA			09:00	HATHA YOGA • FM2 (70) 1-3 • CARINA			
18:35	BEINE-BAUCH-PO • FM1 (55) 1-2 • DANI	19:00	WIRBELSÄULEN-GYMN. • FM2 (55) MARION	18:30	WIRBELSÄULEN-GYMN. • VS FF (55) DORIS F.	18:35	BEINE-BAUCH-PO • FM1 (55) 1-3 • ANDREA			18:00	PILATES • FM1 (55) 2 • VICTORIA			
		19:00	ZUMBA • FM1 (50) 1-3 • ALEXANDRA	19:00	SENIOREN-FIT • VS oben (55) ERICH					18:00	VINYASA YOGA • FM2 (70) 2-3 • ANNA			
				19:05	KRAFT-ZIRKEL • FM1 (55) BIANCA									
				19:10	YIN YOGA • FM2 (70) 1-3 • CARINA									

(In Klammer): Dauer der Kurseinheit

Felmayer-Saal FM1 ■
Felmayer-Saal FM2 ■
Phönix-Saal + Turnsäle in Schulen ■

INNERHALB DER KATEGORIEN
GROUP-FITNESS UND YOGA
KANNST DU
ZWISCHEN DEN KURSEN WECHSELN.

**FÜR ALLE NEUEN INTERESSENTEN:
IM BEREICH **GROUP-FITNESS**
KANNST DU IN 2 VERSCHIEDENE KURSE
KOSTENLOS „SCHNUPPERN“ KOMMEN.
FÜR **YOGA**-KURSE
IST DIE EINZELSTUNDE ZU ZAHLEN!
EINFACH HINKOMMEN UND MITMACHEN!**

**BITTE! ACHE BEI DER AUSWAHL
DEINER KURS-KARTE AUF DIE UNTERSCHIEDUNG ZWISCHEN
GROUP-FITNESS UND YOGA!**

CLUBA.

www.cluba.at

WINTERSEMESTER 2025/2026

15. SEPTEMBER 2025 BIS 30. JÄNNER 2026

KINDER+JUGENDLICHE

👉 Teilnahme (auch Schnuppern) nur mit Voranmeldung!
Nähere Infos und Voranmeldung: office@cluba.at oder 0676-6008688

(In Klammer): Dauer der Kurseinheit

DIENSTAG

- 15:00 FAMILY-MOVE • VS unten (75) 🍷
14 Einh. ab 16.09. (3-5,5 J.) • SARAH
- 15:25 KREATIVER KINDERTANZ 1 • FM1 (45)
🍷 14 Einh. ab 16.09. (5-7 J.) • VERONIKA
- 16:15 KREATIVER KINDERTANZ 2 • FM1 (45)
🍷 14 Einh. ab 16.09. (7-9 J.) • VERONIKA
- 16:30 FAMILY-MOVE • VS unten (75) 🍷
14 Einh. ab 16.09. (3-5,5 J.) • SARAH

MITTWOCH

- 16:00 FAMILY-MOVE • VS unten (75) 🍷
14 Einh. ab 17.09. (3-5,5 J.) • RAPHAELA
- 16:10 YOGA KIDS • FM2 (45)
🍷 14 Einh. ab 17.09. (7-10 J.) • MARIE
- 16:25 VIDEO-CLIP-DANCE 1 • FM1 (45)
🍷 14 Einh. ab 17.09. (ab 8 J.) • SOPHIE
- 17:00 YOGA TEENS • FM2 (45)
🍷 14 Einh. ab 17.09. (10-13 J.) • MARIE
- 17:10 VIDEO-CLIP-DANCE 2 • FM1 (45)
🍷 14 Einh. ab 17.09. (ab 11 J.) • SOPHIE
- 17:20 FUSSBALL KIDS 1 • VS unten (50)
🍷 15 Einh. ab 17.09. (ab 7 Jahre) • ROBERT
- 18:15 FUSSBALL KIDS 2 • VS unten (55)
🍷 15 Einh. ab 17.09. (ab 9 Jahre) • ROBERT

FREITAG

- 15:00 BEWEGUNGSLANDSCHAFT • VS unten
ab 19.09. 🍷 14x (2,3,5 J.) • JENN.+CHRIST.
- 16:00 BEWEGUNGSLANDSCHAFT • VS unten
ab 19.09. 🍷 14x (2,3,5 J.) • JENN.+CHRIST.

SAMSTAG

- 10:00 YOGA MINIS • FM2 (50)
6 Einh./Infos: Siehe Kasten rechts 🍷 • JAQUI

Felmayer-Saal FM1 🍷
Felmayer-Saal FM2 🍷
Phönix-Saal + Turnsäle in Schulen 🍷

BALLSPIELE gibt es auch für Erwachsene
(du findest sie in den nebenstehenden Info-Kästen).

**FÜR ALLE NEUEN IN DEN KIDS-KURSEN:
BITTE UM TELEFONISCHE VORANMELDUNG!
0676-600 86 88**

WINTERSEMESTER 2025/2026

15. SEPTEMBER 2025 BIS 30. JÄNNER 2026

NEBEN DEN BEREICHEN GROUP-FITNESS
UND KIDS+TEENS GIBT'S BEI UNS NOCH VIELE
WEITERE ANGEBOTE FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE.
BEI UNS FINDEST DU JEDENFALLS
DEN RICHTIGEN KURS.

SELBSTVERTEIDIGUNG.

SELBSTVERTEIDIGUNG - MIT BIANCA. 🏹

Für Jugendliche und Erwachsene

- jeweils Sonntag, 10.15-12.15 Uhr - FM1
- 12.10.2025: Basic Selbstverteidigung (Grundlagen)
- 16.11.2025: Abwehr in Alltagssituationen
- 25.01.2026: Abwehr mit Alltagsgegenständen.
- Kurspreis für CLUBA.-Mitglieder:
Für alle 3 Termine: 120,-
- Für Nicht-Mitglieder: Alle 3 Termine: 132,-

MAMA-BABY-KURSE IM SOFA.

MAMA-BABY-YOGA - MIT JAQUI. 🏹

- Dienstag (in geraden Kalenderwochen)
09.30-10.30 Uhr - SoFa (Sendnergasse 17)

MAMA-FIT - MIT BIANCA. 🏹

- Donnerstag (in ungeraden Kalenderwochen)
09.00-10.00 Uhr - SoFa (Sendnergasse 17)
- Preis für 5er-Block: 63,- (plus MGB)
- Preis für 10er-Block: 115,- (plus MGB)
- Einzelstunde: 15,-
- Keine Kurse in den Ferien und an Feiertagen

YOGA MINIS - MIT JAQUI. 🏹

Für Kids von 4 bis 6 Jahren

- jeweils Samstag 10.00-10.50 Uhr - Felmayer-Saal FM2
- 6 Einheiten: 27.09. / 04.10. / 25.10. /
08.11. / 22.11. / 06.12.
- Preis: 56,- (plus MGB)

SPEZIELLE KURSE | EVENTS

BALLSPIELE FÜR ERWACHSENE.

VOLLEYBALL - MIT RICHIE.

- Mittwoch, 19.30-21.00 Uhr
mit Grundkenntnissen; NMS Frauenfeld
- Donnerstag, 19.30-21.00
nur Fortgeschrittene; NMS Frauenfeld -
Anmeldung nach Probetraining.
- Kurspreis pro Semester: 86,-/Kurs - (plus MGB) 🏹

BASKETBALL - FREIES SPIEL FÜR FORTGESCHRITTENE.

- Montag, 19.30-21.00 Uhr - Gymn. vis-à-vis
- Mittwoch, 19.30-21.00 Uhr - Volksschule unten
- Kurspreis pro Kurs und Semester: 65,-/Kurs - (plus MGB)
- Für Erwachsene ab 18 Jahren 🏹

YOGA-SPECIALS.

YOGA IM FRAUENKREIS - MIT CARINA. 🏹

- Workshop am Samstag 18.10. + 17.01.
- jeweils 10.00 - 12.30 - Felmayer-Saal FM2
- Kurspreis pro Workshop: 38,- (für Nicht-Mitglieder 45,-)

YIN YOGA MIT LIVE-MUSIK MIT STEFANIE UND BARITON CHRISTIAN. 🏹

- Am Montag, 08.12. | 18.00 - 19.15 - Felmayer-Saal FM2
- Preis: 23,- (CLUBA.-Mitglieder) | Nicht-Mitglieder: 32,-

FÜR TANZWÜTIGE.

LINE-DANCE - MIT EVA. 🏹

- 15 Einheiten
- FORTGESCHRITTENE 1: Montag, 17.30 Uhr - FM2
- FORTGESCHRITTENE 2: Montag, 18.35 Uhr - FM2
- FORTGESCHRITTENE 3: Donnerstag, 19.35 Uhr - FM1
- Kurspreis: 138,- (plus Mitgliedsbeitrag)
- ANFÄNGER: 6 Einheiten ab 06.10.
- Montag, 19.30 Uhr - FM2
- Kurspreis: 58,- (CLUBA.-Mitglieder) | Nicht-Mitglieder: 70,-

TRAINING IM WASSER.

AQUA-GYM - MIT MONIKA+PETRA+MARIE

- Dienstag, 14.00-14.50 Uhr - Hallenbad (Monika)
- Donnerstag, 08.00-08.50 Uhr - Hallenbad (Petra)
- Donnerstag, 14.00-14.50 Uhr - Hallenbad (Marie)
- Kurspreis: Semesterkarte 112,- (plus MGB)
- 10er-Block: 78,- (plus MGB)
- exkl. Badeintritt (ermäßigte Badkarten
beim CLUBA. erhältlich) | Schwimmkenntnisse erforderlich

SCHWIMMTECHNIK-TRAINING - BABS+ SARAH

- 14 Einheiten
- KURS01: Montag, 20.00-21.00 Uhr; Hallenbad (Babs)
- KURS02: Dienstag, 19.00-20.00 Uhr; Hallenbad (Sarah)
- Kurspreis: 91,- (plus MGB) 🏹 exkl. Badeintritt
(ermäßigte Badkarten beim CLUBA. erhältlich)

GESUNDHEITSPROGRAMM.

JACKPOT.FIT - MIT DORIS F.+CLAUDIA P.+ERICH 🏹

- Ein Projekt in Kooperation mit der Sozialversicherung
- 14 Einheiten
- Montag, 08.50-09.50 Uhr - Felm.Saal FM2 (ab 15.09.)
- Montag, 17.15-18.15 Uhr - Phönix-Saal (ab 15.09.)
- Donnerstag, 18.00-19.00 Uhr - Phönix-Saal (ab 18.09.)
- Kurskosten: 1.Semester gratis | ab 2.Semester 90,-
- Infos+Anmeldung: www.jackpot.fit (+43508089214)
- bzw. über den CLUBA.

Bei allen Kursen mit 🏹:
Teilnahme nur mit Voranmeldung!

WINTERSEMESTER 2025/2026

15. SEPTEMBER 2025 BIS 30. JÄNNER 2026

KURSPREISE. PRO SEMESTER.

15.09.2025 bis 30.01.2026

WINTER-SEMESTER 2025/2026 = 18 KURSWOCHEN

ALLE Preise sind - sofern nicht anders angegeben - Semesterpreise und gelten für CLUBA.Mitglieder.

CLUBA.Mitglied wirst du ganz einfach durch gleichzeitige Einzahlung des Mitgliedspreises (siehe Kasten unten).

GROUP-FITNESS + YOGA

GROUP-FITNESS:

■ ERWACHSENE • 1x pro Woche (+5 Bonus-Stunden)	€ 133,00
■ ERWACHSENE • 2x pro Woche (+5 Bonus-Stunden)	€ 212,00
■ 5er-BLOCK (gültig 11 Kurswochen)	€ 52,00
■ 10er-BLOCK (gültig 22 Kurswochen)	€ 87,00

YOGA: (kann auch für GROUP-FITNESS verwendet werden)

■ ERWACHSENE • 1x pro Woche (+3 Bonus-Stunden)	€ 173,00
■ ERWACHSENE • 2x pro Woche (+3 Bonus-Stunden)	€ 270,00
■ EINZELSTUNDE	€ 18,00
■ 5er-BLOCK (gültig 11 Kurswochen)	€ 62,00
■ 10er-BLOCK (gültig 22 Kurswochen)	€ 109,00

VIP-KARTEN: (für beliebig viele Kurse aus GROUP-FITNESS + YOGA)

WINTER-SEMESTER (inkl. 4 Bonus-Stunden)	€ 296,00
WINTER+SOMMER-SEMESTER (inkl. 8 Bonus-Stunden)	€ 505,00
WINTER+SOMMER-SEMESTER+FERIEN-KURSE	€ 567,00

VIP-KARTEN: 15% Ermäßigung für „Spezielle Kurse“

Ermäßigung für Jugendliche und StudentInnen (bis 26 Jahre) - 15%

SPEZIELLE KURSE

Preise im Innenteil (siehe Kurskästchen) bzw. letzte Seite

KINDER+JUGENDLICHE

➤ KREATIVER KINDERTANZ (14 Einh.)	€ 92,00
➤ VIDEO-CLIP DANCE (14 Einh.)	€ 93,00
➤ FUSSBALL KIDS (15 Einheiten)	€ 99,00
➤ BEWEGUNGSLANDSCHAFT (1 Kind+Eltern) 14 Einh. (+ MGB „B“)	€ 135,00
➤ FAMILY MOVE (1 Kind+Eltern) 14 Einh. (+ MGB „B“)	€ 138,00
➤ YOGA MINIS (6 Einh.)	€ 56,00
➤ YOGA KIDS / YOGA TEENS (14 Einh.)	€ 130,00

Weitere Ermäßigungen:

- 1 Kind besucht mehrere Kurse: minus 20% beim günstigeren Kurs
- Geschwister-Kinder: 2. Kind minus 10% / 3. Kind (und alle weiteren) minus 15%

ALLE Preise sind - sofern nicht anders angegeben - Semesterpreise und gelten für CLUBA.Mitglieder.

CLUBA.Mitglied wirst du ganz einfach durch gleichzeitige Einzahlung des Mitgliedspreises (siehe Kasten unten).



2320 Schwechat, Alfred-Horn-Str.2
0676-600 86 88 • office@cluba.at

www.cluba.at

CLUBA.MITGLIEDSCHAFT.

MITGLIEDSBEITRAG (gültig bis September 2026)

- EINZELMITGLIEDSCHAFT A: € 25.-
- FAMILIENMITGLIEDSCHAFT B: € 20.- pro Person
- SENIORINNEN+SENIOREN AB 60 JAHRE C: € 15.-
- STUDENTINNEN+STUDENTEN D: € 14.-
- KINDER+JUGENDLICHE BIS 18 JAHRE E: € 12.-

CLUBA.