



## Freizeit- und Kursprogramm

Liebe AchauerInnen und Achauer,  
gemeinsam mit Ihnen möchte ich wieder sportlich in den Frühling starten.  
In der Kursbroschüre finden Sie alle von der Gemeinde Achau angebotenen Kurse. Bei der Auswahl der Kurse versuchen wir für verschiedene Altersgruppen etwas anzubieten. Vom Kindergarten- bis ins Seniorenalter ist (so hoffen wir) für jeden, der sich fit und gesund halten möchte, etwas dabei.

Melden Sie sich zu einen unserer Kurse an. Wie gewohnt ist dies unter [www.kurse-achau.gv.at](http://www.kurse-achau.gv.at) oder mittels beiliegendem Anmeldeformular möglich. Die Anmeldung ist ab **01. Februar 2024** möglich.

**Für alle Achauerinnen und Achauer mit Hauptwohnsitz in Achau ist eine vorab Anmeldung telefonisch oder per Mail möglich. Ab 01. Februar sind Anmeldungen für alle Interessierten möglich und frei gegeben.**

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Besuch unserer Angebote und freue mich den ein oder anderen dort auch persönlich zu treffen. Haben Sie Anregungen und Wünsche für uns, dann lassen Sie uns das ebenso wissen.

Alles Gute,  
Ihre Karin Baumgartner

## Allgemeine Informationen zu den Angeboten

Alle unsere Angebote verfolgen einen sportlichen-, gesundheitlichen- oder Bildungsaspekt und wurden aufgrund dessen in das Programm aufgenommen.

Wie in den letzten Jahren unterscheiden wir auch wieder zwischen Angeboten „**internen Kursen**“, die von der Gemeinde organisiert und verwaltet werden, sowie „**externen Kursen**“, deren Abwicklung direkt über die KursleiterInnen erfolgt.

achau



## Anmeldung

Die Anmeldung zu allen von der Gemeinde angebotenen Kursen kann bequem über die Homepage [www.kurse-achau.at](http://www.kurse-achau.at), per Mail unter [office@achau.gv.at](mailto:office@achau.gv.at) oder schriftlich mit beiliegendem Anmeldeformular am Gemeindeamt erfolgen.

**Wir bitten Sie um Verständnis, dass telefonische Anmeldungen nur als Voranmeldung betrachtet werden können.**

## Rahmenbedingungen

Unsere Kurse starten generell ab 12. Februar 2024. Pro Halbjahr werden mindestens 10 Einheiten angeboten. Bei weniger als 6 Teilnehmern wird der Kurs abgesagt.

**In den Ferienzeiten und an den Feiertagen finden generell keine Kurse statt.**

Unsere Kurse finden an **zwei Standorten** statt:

**Standort 1:** Turnsaal der Volksschule Achau, Schulweg 1, 2481 Achau

**Standort 2:** Mehrzweckraum Hauptstraße 38, 2481 Achau

## Kosten

Die Kosten für die internen Erwachsenen-Kurse betragen € 55,- pro Semester.

Um € 100,- kann ein Semesterticket beantragt werden. Dieses Semesterticket ermöglicht die Teilnahme an maximal 3 Kursen. Welche 3 Kurse dies sind muss mit der Anmeldung zwingend angegeben sein. Nur damit können wir Gruppengrößen sinnvoll gestalten und Ihnen allen einen einwandfreien Ablauf gewährleisten.

Die Kosten für die Angebote für Kinder und Jugendliche betragen pro Kurs € 25,- Um € 40,- kann für die Kinder ein Semesterticket beantragt werden. Auch hier sind maximal 3 Kurse möglich zu buchen und müssen verbindlich angegeben werden.

Einzelne Angebote (wie zum Beispiel Experimentierworkshop) haben gesonderte Einzelpreise, die dem Kursangebot zu entnehmen sind.



## Sportangebote 2024

### Veranstalter Gemeinde Achau

Kinder und Jugendliche	Alter	Tag	Zeit	Trainer	Ort	Kosten
Ballsport	6-10	Montag	17:00-18:00	Thomas Tritremmel	Turnsaal VS Achau	€ 25,-
Capoeira	4-6	Donnerstag	14:30-15:15	China Ferreira dos Santos	Turnsaal VS Achau	€ 25,-
Capoeira	7-14	Donnerstag	15:15-16:15	China Ferreira dos Santos	Turnsaal VS Achau	€ 25,-
Kinderturnen	3-5	Freitag	15:30-16:20	Natascha Mottl	Turnsaal VS Achau	€ 25,-
Kinderturnen	6-10	Freitag	16:20-17:10	Natascha Mottl	Turnsaal VS Achau	€ 25,-
Kinderyoga	6-11	Samstag	11:00-11:50	Julia Melbinger	Turnsaal VS Achau	€ 25,-

**Semesterticket:** 3 Kurse zu € 40,- möglich



Erwachsene	Tag	Zeit	Trainer	Ort	Kosten
Training mit Stefanie 55+	Montag	09:30-10:30	Stefanie Teuchmann	Hauptstraße 38	€ 55,-
Wirbelsäulengymnastik	Montag	18:15-19:15	Andrea Sattler	Turnsaal VS Achau	€ 55,-
Yoga	Dienstag	18:30-19:45	Sabine Saffer	Turnsaal VS Achau	€ 55,-
Pilates	Mittwoch	18:00-19:00	Margret Krojac	Turnsaal VS Achau	€ 55,-
Bodywork	Mittwoch	19:00-20:00	Margret Krojac	Turnsaal VS Achau	€ 55,-
Kraft und Stretching	Donnerstag	17:30-18:20	Andrea Haidenthaler	Turnsaal VS Achau	€ 55,-
Kraft und Stretching	Donnerstag	18:30-19:20	Andrea Haidenthaler	Turnsaal VS Achau	€ 55,-
Zumba	Freitag	18:30-19:30	Tina Pick	Turnsaal VS Achau	€ 55,-
Kraft und Stretching	Freitag	09:30-10:20	Andrea Haidenthaler	Hauptstraße 38	€ 55,-

**Semesterticket:** 3 Kurse zu € 100,- möglich

## Bildungsangebote 2024

### Veranstalter Gemeinde Achau

Bildung	Alter	Tag	Zeit	Trainer	Ort	Kosten
Experimente Workshops	4-9	Montag	16:00-17:00	Stephanie Dobrowsky	Hauptstraße 38	€ 40,-

#### Experimente Workshops

Kinder erforschen und entdecken den ganzen Tag! In unserer Forschergruppe sollen die Kinder mittels vieler unterschiedlicher und vielseitiger Experimente zum Staunen kommen.

Dabei muss es nicht immer zischen und knallen, aber wenn doch, dann umso lauter. Die Kinder sollen mit allen Sinnen erforschen und Experimente selbst ausführen sowie diese zu hinterfragen.

#### Zu den Themen:

26.02.2024: Luftballontricks

25.03.2024: Ei, Ei, Osterei

08.04.2024: Regenzauber

Kosten pro Kind: € 40,- für alle 3 Termine

## Termine

Im Folgenden finden Sie die geplanten Semester-Termine je Kurs:

#### Ballsport - Montag 17:00-18:00 Uhr

12.02., 19.02., 26.02., 04.03., 11.03., 08.04., 15.04., 22.04., 29.04., 06.05., 13.05., 27.05., 03.06., 10.06., 17.06., 24.06.

#### Capoeira - Donnerstag 14:30-15:15 Uhr bzw. 15:15-16:15 Uhr

15.02., 22.02., 29.02., 07.03., 14.03., 21.03., 04.04., 11.04., 18.04., 25.04., 02.05., 16.05., 23.05., 06.06., 13.06., 20.06.



**Kinderturnen- Freitag 15:30-16:20 Uhr bzw. Freitag 16:20-17:10 Uhr**

16.02., 23.02., 01.03., 08.03., 15.03., 22.03., 05.04., 12.04., 26.04., 03.05., 17.05., 07.06., 14.06.

**Training mit Stefanie 55+- Montag 09:30-10:30 Uhr**

12.02., 19.02., 26.02., 04.03., 11.03., 18.03., 08.04., 15.04., 22.04., 29.04., 06.05., 13.05., 27.05., 03.06., 10.06., 17.06., 24.06.

**Wirbelsäulengymnastik- Montag 18:15-19:15 Uhr**

12.02., 19.02., 26.02., 04.03., 11.03., 18.03., 08.04., 15.04., 22.04., 29.04., 06.05., 13.05., 20.05., 27.05., 03.06., 10.06.

**Yoga - Dienstag 18:30-19:45**

13.02., 20.02., 27.02., 05.03., 12.03., 19.03., 02.04., 09.04., 16.04., 23.04., 30.04., 07.05., 14.05., 21.05., 28.05., 04.06., 11.06., 18.06.

**Pilates - Mittwoch 18:00-19:00**

14.02., 28.02., 06.03., 20.03., 03.04., 10.04., 17.04., 24.04., 08.05., 15.05., 22.05., 29.05., 05.06., 19.06.

**Bodywork - Mittwoch 19:00-20:00**

14.02., 28.02., 06.03., 20.03., 03.04., 10.04., 17.04., 24.04., 08.05., 15.05., 22.05., 29.05., 05.06., 19.06.

**Kraft und Stretching - Donnerstag 17:30-18:20 und 18:30-19:20 Uhr**

15.02., 29.02., 07.03., 14.03., 21.03., 04.04., 11.04., 18.04., 25.04., 02.05., 16.05., 23.05., 06.06., 13.06., 27.06.

**Kraft und Stretching - Freitag 09:30-10:20**

16.02., 23.02., 08.03., 15.03., 22.03., 05.04., 12.04., 19.04., 26.04., 03.05., 10.05., 17.05., 24.05., 14.06.

**Zumba - Freitag 18:30-19:30 Uhr**

23.02., 01.03., 08.03., 15.03., 22.03., 05.04., 12.04., 19.04., 26.04., 03.05., 17.05., 24.05., 07.06., 14.06.

**Kinderyoga - Samstag 11:00-11:50 Uhr**

16.03., 23.03., 06.04., 13.04., 20.04., 27.04., 04.05., 11.5., 18.5., 25.05., 01.06., 08.06., 15.06., 22.06.



## Sportangebote 2024

### Externe Veranstalter

#### **Dynami Dance**

Wir tanzen zu aktuellen Charts und deinen ganz persönlichen Lieblingssongs. Die Bewegungen stammen aus Videoclipdance, Jazzdance, Latindance, HipHop, Tiktok Dance uvm.

Der Kurs bietet dir die Möglichkeit, nicht nur Musikvideos nach zu tanzen, sondern auch eigene Choreografien zu entwickeln, die dir das gewisse „Starfeeling“ geben.

**Kursleitung:** Celina

**Kurstag:** wöchentlich Donnerstag in der Zeit von 15:40-18:30 Uhr

15:40-16:30 Uhr Commercial Dance Charts Kids A (7-8 Jahre)

16:40-17:30 Uhr Commercial Dance Charts Kids B (9-12 Jahre)

17:40-18:30 Uhr Commercial Dance Charts Teens (13 -16 Jahre)

**Kursort:** Mehrzweckraum, Hauptstraße 38, 2481 Achau

#### **Ballett**

**Pre Ballett (3-6 Jahre):** Erste Erfahrungen in der Tanzwelt sammeln, Ballett-Grundübungen, Gymnastik, Schulung der Rhythmik und Motorik sowie Improvisation stehen am Programm. Spielerisches, kindgerechtes Erlernen der richtigen Tanzhaltung, einfache Schrittkombinationen und tänzerische Spiele.

**Ballett Kids (7-10 Jahre)** Hier wird die korrekte Arm-, Fuß- und Körperhaltung geübt. Kraft-, Dehnungs- und Rhythmusübungen, simple akrobatische Übungen, Improvisationen, einfache Schrittfolgen und das Einstudieren von Tänzen stehen am Programm.

**Kurstag:** wöchentlich Donnerstag in der Zeit von 14:00-15:35 Uhr

14:00-14:45 Uhr Pre Ballett 3-6 Jahre

14:45-15:35 Uhr Ballet Kids 7-10 Jahre

**Kursort:** Mehrzweckraum, Hauptstraße 38, 2481 Achau

**Anmeldungen und Informationen:** [www.dynami.at](http://www.dynami.at); [info@dynami.at](mailto:info@dynami.at); 0664 448 89 91

#### **Mama-Baby-Yoga**

**Kursleitung:** Julia Melbinger

**Kurstag:** Samstag, 08:45-09:35 Uhr

**Kursort:** Mehrzweckraum, Hauptstraße 38, 2481 Achau

**Kosten:** 5er-Block/ € 60,-

**Details und Anmeldungen:** [office@sunflowerkidsyoga.at](mailto:office@sunflowerkidsyoga.at), [www.sunflowerkidsyoga.at](http://www.sunflowerkidsyoga.at),  
067762953348



## Familienyoga

**Kursleitung:** Julia Melbinger

**Kurstag:** Samstag: 3 Termine 13:00-13:50 Uhr, ab 16.03.2024 von 10:00-10:50 Uhr

**Kursort:** Turnsaal Volksschule Achau

**Kosten:** diese sind bitte bei der Kursleiterin zu erfragen

**Details und Anmeldungen:** : office@sunflowerkidsyoga.at, [www.sunflowerkidsyoga.at](http://www.sunflowerkidsyoga.at) ,  
067762953348

## Line Dance

**Kursleitung, Anmeldung und Information:** Barbara Brandner, [linedance@live.at](mailto:linedance@live.at),  
0699/12655666

**Kurstag:** jeden Freitag 14:00 - 16:00 Uhr

**Kursort:** Mehrzweckraum, Hauptstraße 38, 2481 Achau

**Kosten:** keine Angaben. Jeder ist recht herzlich eingeladen.

## Feldenkrais

**Kursleitung:** Franziska Ramel (zert. Feldenkraislehrerin)

**Kurstag:** Mittwoch 18:30-19:45 Uhr

**Kursort:** Hauptstraße 38

**Kosten:** 10er Block: € 130,-, 5er Block: € 70,-, Einzelstunden: € 15,-

**Details und Anmeldungen:**

[franziska.ramel@gmx.at](mailto:franziska.ramel@gmx.at), Tel.: 0664/73214716

## Kindertennis-Training vom 1. TC Achau

**Kontakt:** Bettina Stangl, 06643122660, [bettina.stangl@aon.at](mailto:bettina.stangl@aon.at)

**Alter:** 4-10 Jahre

**Kurstag:** Dienstag, voraussichtlich ab 16:00 Uhr (Details bei Anmeldung)

**Kursort:** Volksschule Achau

**Trainingsbeginn:** 16. April 2024

**Letztmöglicher Anmeldetermin:** 22.03.2024

Die notwendige Ausrüstung wird vom Verein zur Verfügung gestellt.

Für alle weiteren Informationen bzw. Fragen wenden Sie sich bitte direkt an Frau Bettina Stangl.



## Musikkurse 2024

Die Gemeinde Achau fördert den Besuch einer Musikschule bzw. eines Musikunterrichts. Unabhängig davon ob Musikkurse im Zuge des Angebots in der Volksschule Achau in Anspruch genommen werden, oder ob Sie einen Musikunterricht in einer Musikschule besuchen, fördert die Gemeinde Achau den Besuch mit 50 % der Kosten bei Kindern und 40 % der Kosten bei Erwachsenen.

Hier wollen wir die Angebote in der Volksschule Achau exklusiv bewerben.

Die Anmeldung, Abwicklung und Bezahlung erfolgt bei allen Musikangeboten direkt über die LehrerInnen. Sie haben **am Ende des Semesters** die Möglichkeit gegen Vorlage der Rechnungen die Förderung bei der Gemeinde Achau abzurufen.

### ILDIKO ILLYES

Klavier, Sopran- und Alt-Blockflötenstunden für Erwachsene und Kinder ab dem 5. Lebensjahr.

**Unterrichtsdauer:** Individuelle Stundenvergabe: 30/45/60 Minuten pro Woche

**Kosten:** Die Kosten sind gestaffelt in Abhängigkeit der Dauer: zw. € 55,- und € 100,-

**Kurstage:** jeden Dienstag, Mittwoch und Freitag zwischen 13:00 und 19:00 Uhr

**Kontakt, Terminvereinbarung:** 0699/18005690 oder [illyesklavier@hotmail.com](mailto:illyesklavier@hotmail.com)

**Unterrichtsort:** Volksschule Achau

### FEN-JU ZHANG SU

Unterrichtet Klavier, Blockflöte und Cello für Erwachsene und Kinder ab dem 4. Lebensjahr.

**Unterrichtsdauer:** 30/45/60 Minuten pro Woche

**Kosten:** als Basis für den Einzelunterricht - 30 Minuten € 60,-, aliquote Verrechnung

**Kurstag:** jeden Donnerstag zwischen 12:00 und 19:00 Uhr

**Kontakt, Terminvereinbarung:** 0699/19961008

**Unterrichtsort:** Volksschule Achau

### KATARINA MARIC

Unterrichtet klassische Gitarre für Anfänger und Fortgeschrittene für Erwachsenen und Kinder ab der 1. Klasse Volksschule.

**Kosten:** Einzelunterricht 30 Minuten: € 40,-, Einzelunterricht 60 Minuten: € 80,-

**Kurstag:** Freitagnachmittag

**Kontakt, Terminvereinbarung:** [katarina.maric94@yahoo.com](mailto:katarina.maric94@yahoo.com)

**Unterrichtsort:** Volksschule Achau



## Anmeldeformular Kinder und Jugendliche

Die Anmeldung zu den Angeboten kann über unsere Homepage [www.kurse-achau.at](http://www.kurse-achau.at), schriftlich per Mail unter [office@achau.gv.at](mailto:office@achau.gv.at) oder durch Abgabe des Anmeldeformulars am Gemeindeamt erfolgen.

Für die Anmeldung sind die folgenden Angaben verpflichtend für jede/n Teilnehmer/in zu machen:

**Nachname des Kindes Vorname des Kindes**

**Geburtsdatum des Kindes**

**Vor- und Nachname eines Elternteiles**

**Geburtsdatum**

**Wohnadresse**

**Telefonnummer**

**Mailadresse**

Datum, Unterschrift

**Angebotstabelle auf der Rückseite ►**



## Anmeldung Kinder und Jugendliche

Kinder und Jugendliche	Tag	Zeit	Trainer	Ort	Anmeldung
Ballsport	Montag	17:00-18:00	Thomas Tritremmel	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs <input type="checkbox"/>
					Semesterticket <input type="checkbox"/>
Kinderyoga	Samstag	11:00-11:50	Julia Melbinger	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs <input type="checkbox"/> Semesterticket <input type="checkbox"/>
Capoeira 4-6 Jahre	Donnerstag	14:30-15:15	China Ferreira dos Santos	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs <input type="checkbox"/>
					Semesterticket <input type="checkbox"/>
Capoeira 7-14 Jahre	Donnerstag	15:15-16:15	China Ferreira dos Santos	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs <input type="checkbox"/> Semesterticket <input type="checkbox"/>
Kinderturnen 3-5 Jahre	Freitag	15:30-16:20	Natascha Mottl	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs <input type="checkbox"/> Semesterticket <input type="checkbox"/>
Kinderturnen 6-10 Jahre	Freitag	16:20-17:10	Natascha Mottl	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs <input type="checkbox"/> Semesterticket <input type="checkbox"/>

Bildung	Tag	Zeit	Trainer	Ort	Anmeldung
Experimente Workshops	Montag	16:00-17:00	Stephanie Dobrowsky	Hauptstraße 38	<input type="checkbox"/>

## Anmeldeformular Erwachsene

Die Anmeldung zu den Angeboten kann über unsere Homepage [www.kurse-achau.at](http://www.kurse-achau.at), schriftlich per Mail unter [office@achau.gv.at](mailto:office@achau.gv.at) oder durch Abgabe des Anmeldeformulars am Gemeindeamt erfolgen.

Für die Anmeldung sind die folgenden Angaben verpflichtend für jede/n Teilnehmer/in zu machen:

**Nachname**

**Vorname**

**Geburtsdatum**

**Wohnadresse**

**Telefonnummer**

**Mailadresse**

Datum, Unterschrift

**Angebotstabelle auf der Rückseite ►**



## Anmeldung Erwachsene

Erwachsene	Tag	Zeit	Trainer	Ort	Anmeldung	
Training mit Stefanie 55+	Montag	09:30-10:30	Stefanie Teuchmann	Hauptstraße 38	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Wirbelsäulengymnastik	Montag	18:15-19:15	Andrea Sattler	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Yoga	Dienstag	18:30-19:45	Sabine Saffer	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Pilates	Mittwoch	18:00-19:00	Margret Krojac	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Bodywork	Mittwoch	19:00-20:00	Margret Krojac	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Zumba	Freitag	18:30-19:30	Tina Pick	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Kraft und Stretching	Donnerstag	17:30-18:20	Andrea Haidenthaler	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Kraft und Stretching	Donnerstag	18:30-19:20	Andrea Haidenthaler	Turnsaal VS Achau	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Kraft und Stretching	Freitag	09:30-10:20	Andrea Haidenthaler	Hauptstraße 38	Einzelkurs Semesterticket	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>





## BALLETT & COMMERCIAL DANCE

Hauptstraße 38, 2481 Achau

**DO 22.2.**

# SCHNUPPERTAG

Wir laden dich ein unsere Tanzkurse kennenzulernen.

Commercial Dance ist für dich, wenn du gerne zu Chartmusik tanzst. Es erwarten dich verschiedene Tanzstile und angesagte Choreografien.

Bei Ballett kannst du deine ersten Erfahrungen in der Tanzwelt sammeln und dir, die typischen grazilen Ballettbewegungen erarbeiten.

BIST DU DABEI?

JETZT  
ANMELDEN



**DYNAMI**  
*Dance*

### Kontakt

[www.dynami.at](http://www.dynami.at)

@dynami\_dance 

06644488991





### **Impressum:**

**Medieninhaber:** Gemeinde Achau, Hauptstraße 23, 2481 Achau. Tel. 02236/715 83, Fax.02236/715 83-33. **Herausgeber:** Gemeinde Achau, **Fotos:** mBs eventconsulting e.U., Fotolia, Pixelio, Pixabay, Freepik. **Grundlegende Richtung des Druckwerkes:** Information der Gemeindebürger über Freizeitmöglichkeiten. Für deren Textinhalte ist ausschließlich der Urheber der Texte sowie der Textgeber verantwortlich. Der Medieninhaber sowie der Herausgeber übernimmt keine Haftung (sofern nicht selbst verantwortlich) über die Rechtmäßigkeit der zu Verfügung gestellten und gestalteten Inhalte, sowie deren korrekter Schreibweise. Irrtümer vorbehalten. Druck druck.at.

