



# Kollektiv\_

Bewegungsprogramm  
Herbst 2021

**Auf zu neuen Ufern! Ob Kickboxen oder Tanz: mannigfaltige Angebote an Leibesertüchtigungen versprechen Freude und innere Harmonie. Jeder ist eingeladen, teilzunehmen. Werde Teil einer Gemeinschaft, in der man einander unterstützt, fördert und Spaß an der Bewegung hat.**

**Interessiert? Dann melde dich an!**

Dagmar Melanscheg, MA

Tel.: +43 50808 – 96 09

E-Mail: [dagmar.melanscheg@svs.at](mailto:dagmar.melanscheg@svs.at)

Web: [www.kollektiv.fit](http://www.kollektiv.fit)

**Für inaktive Jugendliche  
und junge Erwachsene  
von 15 bis 24  
Jahren**

---

**Gratis  
Schnupper-  
training**

---

**Für  
Sport-  
Einsteiger\*  
innen**

---

**Für Versicherte  
aller Kassen**

---

**Einstieg  
jederzeit möglich**

---

**Ein Semester  
kostenlos!**

---

Stillstand macht krank! Vielen Beeinträchtigungen unserer Zivilisation kann man durch gezielte Übungen entgegenwirken. Regelmäßige Bewegung bezweckt ein gesundes Körpergefühl, eine gesteigerte Wirksamkeit oder erhöhte Ausdauer.

In unserem Sportprogramm Kollektiv\_ kannst du dich von der erquickenden Wirkung körperlicher Ertüchtigung überzeugen. Die Freude an der Bewegung steht bei uns im Vordergrund. Jede\*r übt nach dem eigenen Tempo, während unsere Trainer\*innen dabei assistieren. Bei gemeinsamen Leibesübungen mit Gleichaltrigen und -gesinnten motiviert ihr einander und schließt neue Freundschaften.

# Programm — WS 2021

## BAD BLEIBERG

### FIT & FUN

**Verein** ASKÖ Semering

**Wann?** Mittwoch, 17:00–18:00 Uhr

**Start** 6.10.2021

**Ort** Volksschule Bad Bleiberg 99,  
9530 Bad Bleiberg

**Wer?** Stefanie Lindermuth

## KLAGENFURT

### TIK TOK Dance ab 16 Jahren

**Verein** Dance Industry

**Wann?** Mittwoch, 17:30–18:30 Uhr

**Start** 6.10.2021

**Ort** Dance Industry Studio  
Klagenfurt  
Universitätsstraße 102a,  
9020 Klagenfurt

### Fit mit Kickboxen

**Verein** CKF Union

**Wann?** Montag, 17:00–18:00 Uhr

**Start** 4.10.2021

**Ort** Sporthalle St. Peter  
Gymnastikraum  
Reichenbergerstr. 28  
9020 Klagenfurt

**Wer?** Bernhard Sussitz und  
Bassam Abou Ayoub

## ST. GEORGEN IM GAILTAL

### FIT & FUN

**Verein** ASKÖ Semering

**Wann?** Montag, 17:00–18:00 Uhr

**Start** 11.10.2021

**Ort** Gemeinschaftshaus

St. Georgen im Gailtal 46,  
9612 St. Georgen im Gailtal

**Wer?** Stefanie Lindermuth

## ST. STEFAN IM GAILTAL

### FIT & FUN

**Verein** ASKÖ Semering

**Wann?** Donnerstag, 17:00–18:00 Uhr

**Start** 7.10.2021

**Ort** Volksschule St. Stefan im  
Gailtal, Bach 25,

9623 St. Stefan im Gailtal

**Wer?** Stefanie Lindermuth



# TIK TOK Dance

## ab 16 Jahren

Tanz wie ein Star! Ein Mix aus verschiedenen Stilen aus der Hip Hop und Pop Musik Kultur erwartet dich. Lerne die Tänze der neuesten Trends und den richtigen Umgang mit der App. Produziere in der Gruppe deine eigenen Videos. Der Kurs für Einsteiger\*innen ins Tanzen.



# Fit mit Kickboxen

## Koordination, Kraft und Karacho

Bleib fit mit unserem Kickbox- und Cardiotraining und lerne gleichzeitig die richtige Kickboxtechnik. Eine spielerische Schulung deiner Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Schnelligkeit stehen am Programm.



## FIT & FUN

### Zusammen ans Ziel

Mit Spiel und Spaß wollen wir gemeinsam die Freude an der Bewegung entdecken! In diesem Kurs erwartet dich ein abwechslungsreiches Programm. Dieses beinhaltet unter anderem ein Training der Ausdauer, Kraft, Koordination, diverse Ballspiele und eine Schulung der Beweglichkeit. Es ist ein Hineinschnuppern in viele Sportarten möglich. Neben dem vielfältigen Angebot können Kontakte geknüpft und neue Freunde gefunden werden!



# Kollektiv\_

## Bewegungsprogramm für Jugendliche und junge Erwachsene

Information & Anmeldung  
Dagmar Melanscheg, MA  
Tel.: +43 50808 – 96 09  
E-Mail: dagmar.melanscheg@svs.at  
Web: www.kollektiv.fit

### Projekträger



### Gefördert aus Mittel



 Bundesministerium  
Kunst, Kultur,  
öffentlicher Dienst und Sport

### Projektpartner

