

2018/19

**Sportangebot**

in Graz und Graz-Umgebung

# SPORTPROGRAMM 2018/2019

*September 2018 - Juni 2019*

[www.sportunion-steiermark.at](http://www.sportunion-steiermark.at)

SPORT  
**UNION** 

Raiffeisen  
Meine Bank



Online Sparen  
Fonds  
Wertpapiere

## Bringen Sie Ihr Geld in Bewegung.

Raiffeisen macht es Ihnen jetzt einfach: Ob Online Sparen, Fonds oder Wertpapiere – mit Mein ELBA können Sie Kurs und Tempo Ihrer Geldanlage mit ein paar Klicks selbst bestimmen. Und wie Sie Ihren Sparkurs richtig setzen, weiß Ihr Berater. [geldinbewegung.raiffeisen.at](http://geldinbewegung.raiffeisen.at)



Raiffeisen

200

# Inhalt

## IMPRESSUM

Medieninhaber, Herausgeber  
und Redaktion



**SPORTUNION Steiermark -  
Wir bewegen Menschen**  
Gaußgasse 3, 8010 - Graz  
Tel.: +43 (0) 316 32 44 30,  
Fax: +43 (0) 316 32 42 56  
Mail: office@sportunion-  
steiermark.at  
Web: www.sportunion-  
steiermark.at  
ZVR-Zahl: 754506988

Redaktion/Koordination und  
für den Inhalt verantwortlich:  
Mag. Markus Pichler

**Grafik:** masea GmbH

**Fotos:** SPORTUNION  
Steiermark, ausgenommen  
wo gesondert angegeben

**Bildbearbeitung:**  
masea GmbH

**Druck:** Offsetdruck  
DORRONG OG  
Kärntner Straße 96  
A-8053 Graz

Druckfehler und Änderungen  
vorbehalten

## Allgemeine Information 4

Wir über uns	4
Sportzentrum Gaußgasse	5
Weitere Sportstätten der SPORTUNION Steiermark	6
Kletterhalle	7
Kletterkurse	8
Schwimmhalle	10
Schwimmkurse	11

## Sportprogramm 16

American Football, Badminton, Basketball,	16
Beach-Sport, Bogenschießen, Boxen, Drachenfliegen,	17
Eishockey, Eiskunstlauf, Fallschirmspringen, Faustball, Fechten,	18
Fitness - Gymnastik - Gesundheitssport,	19
Frisbee, Fußball, Hallenhockey,	20
Handball, IKS, Kampfsportarten (fernöstlich),	21
Lacrosse, Laufen, Leichtathletik,	23
Orientierungslauf, Rhythm. Gymnastik, Roller Derby,	24
Schwimmen,	
Segelflug, Speedball, Stocksport, Squash, Tanz,	25
Tauchen,	26
Tennis, Tischtennis, Triathlon,	27
Turnen,	28
Unterwasserrugby, Volleyball, Walking	29

## Sportstätten 30

# Allgemeine Informationen

Die SPORTUNION Steiermark als Sportdachverband sieht es als seine Aufgabe, die Freude an der Bewegung erlebbar zu machen.

Unsere Vereine fördern nicht nur den Leistungs- und Wettkampfsport, sondern wollen mit ihrem breiten Bewegungsangebot auch zu Ihrem persönlichen Wohlbefinden beitragen.



Die SPORTUNION Steiermark ist der Sportverband, in dem Sport und Bewegung mit Spaß und Freude ausgeübt werden kann. Einzelnd oder in einer Gemeinschaft und das mit bestausgebildeten TrainerInnen bei einem Verein in Ihrer Nähe!

Tun Sie sich etwas Gutes und finden Sie in diesem Programmheft „Ihre Bewegungseinheit“!

Weitere Informationen wie z.B.

- die aktuellen öffentlichen Schwimmzeiten im Hallenbad,
- den ONLINE Hallenbelegungsplan für die Union-Sportstätten,
- Kursbelegungen und Änderungen der Öffnungszeiten in der Kletterhalle,
- Aus- und Fortbildungen finden Sie im Internet unter:

[www.sportunion-steiermark.at](http://www.sportunion-steiermark.at)

Das Team der SPORTUNION Steiermark wünscht ...

... viel Spaß beim vielfältigen Angebot ihrer Mitglieds-Vereine

# Sportzentrum Gaußgasse

Union Sportzentrum Graz,  
Gaußgasse 3, 8010 Graz

Das Union Sportzentrum in der Gaußgasse ist der „Hauptsitz“ der SPORTUNION Steiermark. Die Landesgeschäftsstelle, die Kletterhalle, die Ballspielhallen, der Gymnastiksaal, das Hallenbad, das Sportmedizinische Untersuchungszentrum etc. sind hier untergebracht.

## Die Bürozeiten der Landesgeschäftsstelle sind:

Montag und Donnerstag: 08:00 Uhr - 18:00 Uhr  
Dienstag und Mittwoch: 08:00 Uhr - 16:00 Uhr  
Freitag: 08:00 Uhr - 14:00 Uhr

Erreichbar sind wir:

telefonisch: (0316) 32 44 30  
via Fax: (0316) 32 42 56  
via eMail: office@sportunion-steiermark.at

## Unsere Sportstätten in der Gaußgasse sind:

Sporthalle: 42 m x 26 m - Dreifachsporthalle  
Ballspielhalle: 34 m x 18 m  
Turnsaal: 24 m x 12 m  
Gymnastiksaal: mit Spiegelwand und Matten 16 m x 9 m  
Kletterhalle: 320 m<sup>2</sup> Kletterfläche mit versch. schwierigen Routen  
150 m<sup>2</sup> Boulderbereich  
2 x Griffboard  
Kraftraum: www.3dfitnessstudio.com  
Tischtennis: Turniersaal mit 6 Tischen  
Hallenbad: Großes Becken: 25 m x 12 m - 5 Bahnen,  
Wassertemperatur ca. 26 - 27 °C  
Lehrschwimmbecken: 10 m x 12 m - Tiefe 1,25m  
Wassertemperatur ca. 30 - 31 °C  
Massage: Anmeldung bei Mag. Verhounik (0664) 413 16 36  
Sportbuffet: je ein Buffet im Hallenbad bzw. in der Sporthalle

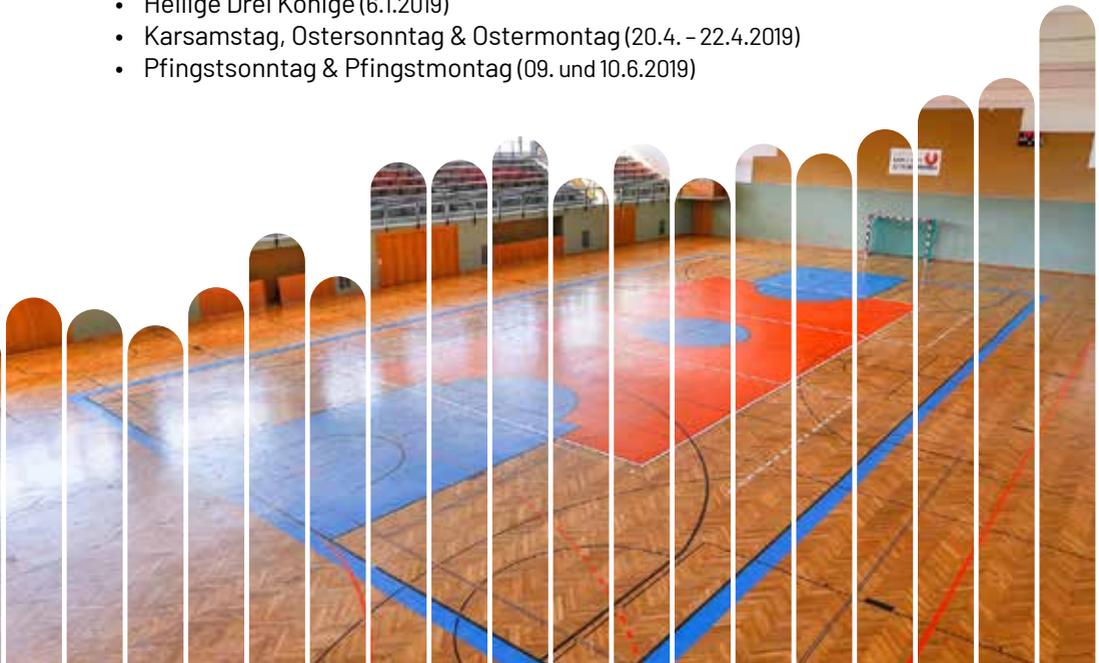
# Weitere Sportstätten

Die SPORTUNION Steiermark bietet Ihnen noch folgende Sportstätten, auf denen Sie sich bewegen können:

- **Union Sportzentrum Viktor-Franz-Platz, Viktor-Franz-Straße 22, 8020 Graz**  
Trendsportplatz mit den Sportarten Rugby, American Football, Flag Football, Lacrosse und Ultimate Frisbee
- **Judohalle, Jauerburggasse 22, 8010 Graz**
- **Union Fallschirmspringerzentrum Graz, Schachenwaldstraße, 8073 Feldkirchen**
- **Raiffeisen Sportpark Graz**  
Hüttenbrennergasse 31, 8010 Graz  
[www.raiffeisen-sportpark.at](http://www.raiffeisen-sportpark.at)

Im Schuljahr 2018/2019 sind alle Sportstätten der SPORTUNION Steiermark an folgenden Tagen geschlossen:

- Allerheiligen (1.11.2018)
- Heiliger Abend bis einschließlich Neujahr (24.12.18 – 1.1.2019)
- Heilige Drei Könige (6.1.2019)
- Karsamstag, Ostersonntag & Ostermontag (20.4. – 22.4.2019)
- Pfingstsonntag & Pfingstmontag (09. und 10.6.2019)



# Kletterhalle

## Öffnungszeiten

Montag – Sonntag: 08:00 Uhr – 22:00 Uhr

In den Sommerferien eingeschränkter Betrieb (laut Aushang!)

## Eintrittspreise für die Saison 2018/2019

Karte	Zeit	Ermäßigt*	Erwachsene**
Tages- eintritte	8:00 bis 14:00	€ 3,70	€ 4,70
	14:00 bis 17:00	€ 4,90	€ 6,00
	17:00 bis 22:00	€ 6,20	€ 7,20
<b>1 Monat</b>		€ 38,60	€ 49,70
<b>2 Monate</b>		€ 77,10	€ 99,30
<b>3 Monate</b>		€ 93,90	€ 126,80
<b>Semester</b>	<b>6 Monate</b>	€ 118,30	€ 162,60
<b>Jahreskarte</b>	<b>11 Monate</b>	€ 179,60	€ 264,10

Kinder bis 6 Jahre kostenlos (in Begleitung eines Erwachsenen)!

\* SchülerInnen, Lehrlinge, StudentInnen bis 27 Jahre, SeniorInnen, Wehrdienst- u. Zivildienstleistende

\*\* Familienermäßigung: Nur gültig in Verbindung mit einem steirischen Familienpass! Kinder bis 14 Jahre kostenlos!

Bei Monats-, Semester- oder Jahreskarten wird für die Chipkarte eine Kautions von € 10,00 eingehoben.

## Leihgebühr für Klettermaterial

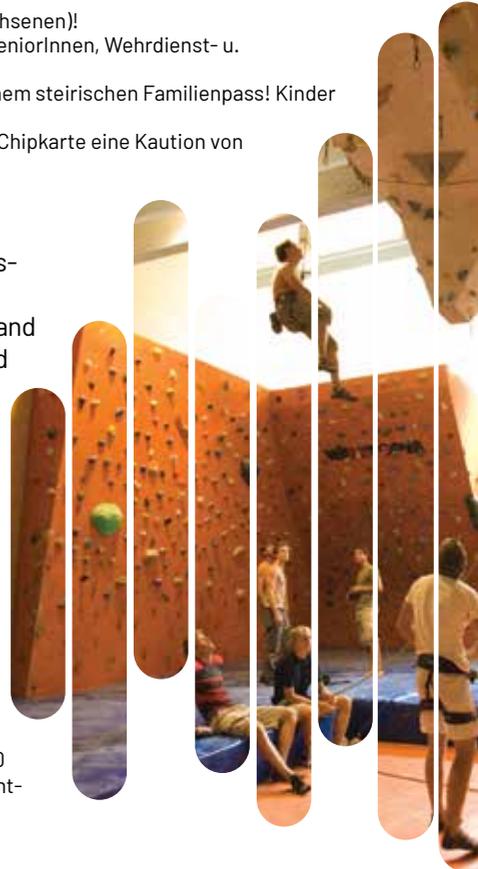
(Kletterschuhe, Klettergurte, Kletterseile, Sicherungsgeräte,...)

- Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre: € 1,00/Gegenstand
- Erwachsene (ab dem 15. Lebensjahr): € 2,00/Gegenstand

## Eigene Gruppentarife!

- Bei einer Privatgruppe unter 10 Personen bezahlt der Kletterlehrer den Eintrittspreis.
- Bei einer Privatgruppe von 10 bis 14 Personen bekommt ein Kletterlehrer einen freien Eintritt in die Kletterhalle.
- Bei einer Privatgruppe über 15 Personen bekommen 2 Kletterlehrer den Eintritt in die Kletterhalle gratis.

Damit aber eine Gruppenermäßigung verrechnet werden kann, ist eine Voranmeldung bzw. Reservierung im Büro der SPORTUNION Steiermark unter der Telefonnummer (0316) 32 44 30 erforderlich! Etwaige Änderungen der Öffnungszeiten werden rechtzeitig im Kletterhallenbereich ausgehängt.



# Kletterkurse

## Kinderkletterkurse (von 6 - 9 Jahren & 9 - 12 Jahren)

Die besondere Zielsetzung des Anfänger Kletterkurses ist das spielerische Erlernen einer fundierten Kletter- und Sicherungstechnik. Im Rahmen eines sicherheitsbewussten Unterrichts konzeptes werden die Kinder an die Sportart „Klettern“ herangeführt.

Beim Fortgeschrittenenkurs liegt der Schwerpunkt im Erlernen von Klettertechniken, Körperbeweglichkeit und Vorstiegsklettern. Außerdem soll nach diesem Kurs das Nachstiegsklettern eigenständig beherrscht werden.

Kursinhalt: Gleichgewichts-, Boulder- und Kletterspiele, Knoten- und Sicherungstechniken, Kletterregeln, Topropeklettern, Beginn und Weiterentwicklung des Vorstiegsklettern.

### Termine Anfänger:

**U9** Montag von 15:00 Uhr - 16:30 Uhr (je 18 Einheiten)

**U9** Freitag von 13:30 Uhr - 15:00 Uhr (je 18 Einheiten)

**U12** Donnerstag von 15:00 Uhr - 16:30 Uhr (je 18 Einheiten)

### Termin Fortgeschrittene:

**U9** Montag von 16:30 Uhr - 18:00 Uhr (je 18 Einheiten)

**U12** Donnerstag von 16:30 Uhr - 18:00 Uhr (je 18 Einheiten)

Anfangstermine finden Sie im Kletterfolder oder online.

### Kosten:

€ 150,00 (18 Einheiten) inklusive Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten, Kletterschein und eine Kletterfibel.

## Jugendkletterkurse (von 12 - 16 Jahren)

Klettern bedeutet Spaß an der Bewegung und Freude am Spiel mit der Schwerkraft. Vom Boden „abheben“, Verantwortung übernehmen, sich selbst richtig einschätzen und dieses Abenteuer mit Gleichaltrigen genießen sind Kernelemente dieses Kletterkurses. Inhalt des Fortgeschrittenenkurses ist die vorhandene Klettererfahrung gemeinsam in spielerischer Form zu verbessern, um schwierigere Touren zu meistern. Besondere Schwerpunkte sind Vorstiegstraining und insbesondere die Klettertechnik.

Kursinhalte für Anfänger: Gleichgewichts-, Boulder- und Kletterspiele, Knoten und Sicherungstechniken, Kletterregeln, Topropeklettern, Beginn und Weiterentwicklung des Vorstiegsklettern.

Kursinhalt Fortgeschr.: Gleichgewichts-, Boulder- und Kletterspiele, Knoten- und Sicherungstechniken, Kletterregeln, Topropeklettern, Beginn und Weiterentwicklung des Vorstiegsklettern, Sturztraining, Perfektionieren und Weiterentwicklung der Klettertechnik, Klettern im Überhang und beginnend im Dach.

### Termin Anfänger:

Mittwoch von 15:00 Uhr - 16:30 Uhr (je 16 Einheiten)

### Termin Fortgeschrittene:

Mittwoch von 16:30 Uhr - 18:00 Uhr (je 16 Einheiten)

Anfangstermine finden Sie im Kletterfolder oder online.

### Kosten:

€ 150,00 inklusive Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten, Kletterschein und eine Kletterfibel

# Kletterkurse

## Anfängerkurse für Erwachsene

Ziel des Anfängerkurses ist es, dass man möglichst schnell selbstständig in der Halle klettern kann. Besondere Schwerpunkte sind die Grundzüge der Sicherungstechnik für Vor- und Nachstiegsklettern, sowie ein Kennenlernen einiger elementarer Klettertechniken. Die 2-stündigen Einheiten bestehen immer aus einer etwas kürzeren Technikeinheit (Bouldern) und einer längeren Seileinheit.

Kursinhalte sind u.a.: Gleichgewichtsübungen, Kletter-Grundtechniken, Knotenkunde, Sicherungstechniken, Top-ropeklettern, Beginn Vorstiegsklettern, Kletterregeln, Kletter-spez. Tipps (z.B.: Material, Kaufberatung, etc.).

**Termine:** Dienstag von 18:00 Uhr - 20:00 Uhr (4 Einheiten)  
Anfangstermine finden Sie im Kletterfolder oder online.

**Kosten:** € 65,00 Ermäßigt: € 60,00  
inklusive Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten, Kletterschein und Kletterfibel.

## Fortgeschrittenenkurse für Erwachsene

Im Fortgeschrittenenkurs steht eine Vertiefung der Seil und Sicherungstechniken im Vordergrund. Mit fortschreitendem Kursniveau werden auch vermehrt Klettertechniken im Boulderbereich erarbeitet und anschließend im Vorstiegsbereich angewandt.

Kursinhalte sind u.a.: Vermehrte Boulder- und Kletterübungen, Knotenkunde und Sicherungs-techniken speziell für das Vorstiegsklettern, Weiterentwicklung des Vorstiegs-klettern, Abseilen, Vertiefen der Sturztechnik und Sturzprophylaxe, Klettertipps und -tricks, etc..

**Termine:** Donnerstag von 18:00 Uhr - 20:00 Uhr (4 Einheiten)  
Anfangstermine finden Sie im Kletterfolder oder online.

**Kosten:** € 65,00 Ermäßigt: € 60,00  
inklusive Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten, Kletterschein und Kletterfibel.

## Wochenend - Intensivkurse für Erwachsene

Diese Kurse finden geblockt an einem Wochenende statt und beinhalten somit in 2 Tagen den gleichen Kursumfang wie ansonsten in 4 Wochen.

**Termine:** Samstag und Sonntag jeweils von 9:00 Uhr - 13:00 Uhr  
Anfangstermine finden Sie im Kletterfolder oder online.

**Kosten:** € 65,00 Ermäßigt: € 60,00  
inklusive Kursgebühr, komplette Leihhausrüstung während der Kurseinheiten, Kletterschein und Kletterfibel.

# Schwimmhalle

## Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch, Freitag: 06:00 bis 22:00 Uhr

Dienstag, Donnerstag: 06:30 bis 22:00 Uhr

Samstag: 06:00 bis 20:00 Uhr

Sonntag: 08:00 bis 12:00 Uhr

Die öffentlichen Schwimmzeiten finden Sie online oder im Aushang der Schwimmhalle!

## Eintrittspreise für die Saison 2018/2019

	Ermäßigte *	Erwachsene
Einzeltritt * <sup>2</sup>	€ 3,70	€ 4,10
1 und 2 Monatskarte à	€ 31,80	€ 34,90
3, 4, 5, ... Monatskarte à	€ 26,50	€ 30,70
Jahreskarte (10 Monate)	€ 243,00	€ 269,30

\* SchülerInnen, Lehrlinge, StudentInnen bis 27 Jahre, SeniorInnen, Wehrdienst- u. Zivildienstleistende

\*<sup>2</sup> Mit dem SPORTUNION-Schwimmpass erhalten sie den 11. Eintritt gratis.  
Für die Chipkarte wird eine Kaution von € 10,00 eingehoben.

## Grundsätze für das große Becken des Unionbades

- Das Unionbad ist ein Bad, das sich an sportlich orientierte Schwimmer richtet.
- Für einen geregelten und organisatorisch verbesserten Schwimmbetrieb führen wir daher immer ein LAP-SWIMMING (mit eingehängten Leinen) durch.
- Es gilt hierbei immer Rechtsverkehr.
- Um einen reibungslosen Schwimmbetrieb zu gewährleisten, wird ersucht, ausschließlich nur im Bereich der Wende zu überholen. Der Überholte wartet dabei kurz am rechten Rand der Bahn und ordnet sich dann wieder in den Schwimmbetrieb ein. Durch Berühren des Fußes des vorderen Schwimmers signalisiert man den Wunsch zu überholen.

## IM UNIONBAD IST BADEHAUBENPFLICHT!!

Die Wassertemperatur des großen Beckens beträgt ca. 26 - 27°C.

Das Lehrschwimmbecken hat eine Temperatur von ca. 30 - 31°C.



# Schwimmkurse



## USC – Graz Schwimmkurse für Kinder

Information und Anmeldung bei:  
SPORTUNION Steiermark – Fr. Anita Pregl  
Tel.: 0316 – 32 44 30 – DW 82  
E-Mail: [kurse@sportunion-steiermark.at](mailto:kurse@sportunion-steiermark.at)  
Online: [www.sportunion-steiermark.at/kursanmeldung](http://www.sportunion-steiermark.at/kursanmeldung)

## Kinderschwimmkurse – Schwimmspaß mit FUNION Anfänger

In unseren Kursen soll den Kindern von Grund auf richtiges Schwimmen beigebracht werden.

Freude, Spaß und der Unterricht in spielerischer Form stehen im Vordergrund. Neben Wassergewöhnung und Übungen zum Abbau von Angst vor dem Element Wasser wird auch das Erlernen der richtigen Wasserlage angestrebt. Gleitübungen, Tauchen und Springen sind des Weiteren Ziele dieses Kurses.

### Termine: Montag 17:00 – 18:00 Uhr (10 Einheiten)

Kursnummer: 11101	Beginn: 01.10.2018
Kursnummer: 11105	Beginn: 07.01.2019
Kursnummer: 11109	Beginn: 01.04.2019

### Dienstag 17:00 – 18:00 Uhr (10 Einheiten)

Kursnummer: 11102	Beginn: 02.10.2018
Kursnummer: 11106	Beginn: 08.01.2019
Kursnummer: 11110	Beginn: 02.04.2019

### Mittwoch 17:00 – 18:00 Uhr (10 Einheiten)

Kursnummer: 11103	Beginn: 03.10.2018
Kursnummer: 11107	Beginn: 09.01.2019
Kursnummer: 11111	Beginn: 03.04.2019

### Donnerstag 17:00 – 18:00 Uhr (10 Einheiten)

Kursnummer: 11104	Beginn: 04.10.2018
Kursnummer: 11108	Beginn: 10.01.2019
Kursnummer: 11112	Beginn: 04.04.2019

**Kosten:** Ein Kind € 140,00  
Jedes weitere je € 120,00 (Familienbonus)

# Schwimmkurse

## Kinderschwimmkurse - Schwimmspass mit FUNION Fortsetzungskurse

Diese Kurse bauen auf die bereits erlernten Basisfertigkeiten des Schwimmens im Anfängerkurs auf, um so spielerisch und leicht die Schwimmtechniken Rücken und Brust in Grobform zu erlernen. Ein weiterer Schwerpunkt ist die allgemeine Verbesserung der Bewegungs- und Atemkoordination. Bunte Materialien und erfahrene, an den Kindern orientierte ÜbungsleiterInnen garantieren Freude und Erfolg unserer Kurse.

### Termine: Montag 17:00 - 18:00 Uhr (10 Einheiten)

Kursnummer: 11201	Beginn: 01.10.2018
Kursnummer: 11205	Beginn: 07.01.2019
Kursnummer: 11209	Beginn: 01.04.2019

### Dienstag 17:00 - 18:00 Uhr (10 Einheiten)

Kursnummer: 11202	Beginn: 02.10.2018
Kursnummer: 11206	Beginn: 08.01.2019
Kursnummer: 11210	Beginn: 02.04.2019

### Mittwoch 17:00 - 18:00 Uhr (10 Einheiten)

Kursnummer: 11203	Beginn: 03.10.2018
Kursnummer: 11207	Beginn: 09.01.2019
Kursnummer: 11211	Beginn: 03.04.2019

### Donnerstag 17:00 - 18:00 Uhr (10 Einheiten)

Kursnummer: 11204	Beginn: 04.10.2018
Kursnummer: 11208	Beginn: 10.01.2019
Kursnummer: 11212	Beginn: 04.04.2019

<b>Kosten:</b>	Ein Kind	€ 140,00
	Jedes weitere je	€ 120,00 (Familienbonus)



## USC - Graz Schwimmkurse für Erwachsene

Information und Anmeldung für die Erwachsenenkurse bei:

Fr. Waltraud Neuhold

Tel.: 0316/39 29 79, oder 0699/1216 7229

E-Mail: office@uscgraz.at

## Anfängerkurse für Erwachsene

In diesem Kurs soll die Grobform des richtigen Schwimmens erlernt werden. Die Gewöhnung des Einzelnen an das Element Wasser sowie das sichere und kontrollierte Fortbewegen darin werden grundlegend vermittelt. Dabei wird besonderes Augenmerk auf das Üben der richtigen Technik sowie der passenden Wasserlage gelegt.

# Schwimmkurse

**Termine:** **Dienstag 18:00 - 19:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kurstermine auf Anfrage

**Kosten:** pro Person € 140,00

## **Fortgeschrittenenkurse für Erwachsene**

In diesen Kursen wird die bereits erlernte Grobform in Richtung der richtigen technischen Feinform hin entwickelt. Schwerpunkt wird dabei auf die Kraultechnik gelegt. Weitere Inhalte sind das Kennenlernen von Trainingsformen im Wasser, das Üben von Techniken zum Wechseln der Schwimmstile und die Verbesserung der Atemtechnik.

**Termine:** **Dienstag & Donnerstag 19:00 - 20:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kurstermine auf Anfrage

**Kosten:** pro Person € 140,00

## **Schwimmkurse für Triathleten, durchgeführt vom SU TRI STYRIA**



Information und Anmeldung:

Online unter [www.tristyria.at](http://www.tristyria.at)

Tel.: +43 (0) 676 720 56 81

E-Mail: [office@tristyria.at](mailto:office@tristyria.at)

Der Grazer Triathlonverein SU TRI STYRIA veranstaltet Schwimmkurse speziell für Triathleten! Diese Schwimmkurse richten sich an Personen, die sich auf ihren ersten Triathlon vorbereiten, sowie an arrivierte AthletInnen, die ihre Schwimmtechnik verfeinern wollen.

### **BASIC-Kurse**

Der Einstiegskurs richtet sich vor allem an Triathlon- oder SchwimmeinsteigerInnen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf dem richtigen Erlernen der Kraul-Schwimmtechnik. Inhalte sind dabei das Üben der richtigen Kraultechnik, der Wasserlage, der Körperstabilität, des Kraulbeinschlags und der Atmung. Der Armzug wird abwechslungsreich und effizient erarbeitet und sukzessive zum ganzen Kraultempo zusammengeführt.

**Termine:** **Dienstag 17:00 - 18:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: **18-S15** Beginn: **02.10.2018**

Kursnummer: **19-S01** Beginn: **08.01.2019**

Kursnummer: **19-S08** Beginn: **02.04.2019**

**Dienstag 18:00 - 19:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: **18-S16** Beginn: **02.10.2018**

Kursnummer: **19-S02** Beginn: **08.01.2019**

Kursnummer: **19-S09** Beginn: **02.04.2019**

# Schwimmkurse

## **Mittwoch 16:30 – 17:30 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: <b>18-S17</b>	Beginn: <b>03.10.2018</b>
Kursnummer: <b>19-S03</b>	Beginn: <b>09.01.2019</b>
Kursnummer: <b>19-S10</b>	Beginn: <b>03.04.2019</b>

## **Mittwoch 17:30 – 18:30 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: <b>18-S18</b>	Beginn: <b>03.10.2018</b>
Kursnummer: <b>19-S04</b>	Beginn: <b>09.01.2019</b>
Kursnummer: <b>19-S13</b>	Beginn: <b>03.04.2019</b>

## **ADVANCED 1 - Kurse**

Der Anschlusskurs richtet sich demnach an TriathletInnen, die entweder zuerst den Einstiegs-kurs absolviert haben, oder bereits ein fortgeschrittenes Schwimmniveau besitzen. Hierbei stehen neben der Weiterentwicklung der Schwimmtechnik die trainingsmethodischen Aspekte im Vordergrund.

### **Termine: Donnerstag 16:00 – 17:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: <b>18-S19</b>	Beginn: <b>04.10.2018</b>
Kursnummer: <b>19-S05</b>	Beginn: <b>10.01.2019</b>
Kursnummer: <b>19-S14</b>	Beginn: <b>04.04.2019</b>

### **Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: <b>18-S20</b>	Beginn: <b>04.10.2018</b>
Kursnummer: <b>19-S06</b>	Beginn: <b>10.01.2019</b>
Kursnummer: <b>19-S15</b>	Beginn: <b>04.04.2019</b>

### **Freitag 16:00 – 17:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: <b>18-S21</b>	Beginn: <b>05.10.2018</b>
Kursnummer: <b>19-S07</b>	Beginn: <b>11.01.2019</b>
Kursnummer: <b>19-S16</b>	Beginn: <b>05.04.2019</b>

### **Kosten:**

Pro Person € 140,- (inkl. Videoanalyse, abgesperrter Schwimmbahn und Eintritt für das Hallenbad )

Damit ein qualitativ hochwertiges Training garantiert werden kann, bestehen die Kleingruppen aus min. 6 und max. 9 TeilnehmerInnen

# Schwimmkurse

## ADVANCED 2 - Kurse

Diese Kurse richten sich an alle, die bereits einen Advanced Kurs besucht haben, eine gute Schwimmtechnik vorweisen und diese Schwimmtechnik sowie vor allem das Tempo weiter verbessern wollen. Der Trainer gibt die Inhalte vor und überwacht gezielt die Bewegungsabläufe der Athleten.

### **Termine:** **Donnerstag 17:00 - 18:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: **18-S22** Beginn: **04.10.2018**

Kursnummer: **19-S08** Beginn: **10.01.2019**

Kursnummer: **19-S17** Beginn: **04.04.2019**

### **Freitag 17:00 - 18:00 Uhr (10 Einheiten)**

Kursnummer: **18-S23** Beginn: **05.10.2018**

Kursnummer: **19-S09** Beginn: **11.01.2019**

Kursnummer: **19-S18** Beginn: **05.04.2019**

### **Kosten:**

Pro Person € 140,- (inkl. Videoanalyse, abgesperrter Schwimmbahn und Eintritt für das Hallenbad )

Damit ein qualitativ hochwertiges Training garantiert werden kann, bestehen die Kleingruppen aus max. 7 TeilnehmerInnen

Weitere Kurstermine finden Sie unter [www.tristyrria.at](http://www.tristyrria.at)



# Sportprogramm 2018/2019

## AMERICAN FOOTBALL

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
USZ Viktor Franz Platz	siehe HP	siehe HP	American Football		Bears

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode: Bears**

STYRIAN Bears American Football

Tel: 0676 6108335

E-Mail: stefan.wernsperger@yahoo.de

HP: www.bearsfootball.at

## BADMINTON

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
BRG/BG Klusemann	Di	17.45-19.45	Badminton	w & m	Graz
Union Ballspielhalle	Do	17.00-18.30	Badminton	w & m	Graz

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode: Graz**

SPORTUNION Graz

Tel: 0664 5334977

E-Mail: sport-union-graz@aon.at

HP: www.graz.sportunion.at

## BASKETBALL

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Unionhalle Turnsaal	Fr	19.00-20.30	Basketball	ab 18 Jahren w/m	USA
Raiffeisen Sportpark Graz	Mo	15.30-17.00	Basketball	Mu10 + Mu12	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Mi	15.00-16.30	Basketball	Mu10 + Mu12	UBSC
BORG Monsberger	Fr	16.00-17.30	Basketball	Mu10 + Mu12	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Di	16.30-18.00	Basketball	Mu14	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Mi	16.30-18.00	Basketball	Mu14	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Do	16.00-17.30	Basketball	Mu14	UBSC
Unionhalle Sporthalle	Fr	15.30-17.00	Basketball	Mu14	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Di	16.30-18.00	Basketball	Mu16	UBSC
Unionhalle Ballspielhalle	Mi	17.30-19.00	Basketball	Mu16	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Do	16.00-17.30	Basketball	Mu16	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Fr	16.30-18.00	Basketball	Mu16	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Di	19.30-21.00	Basketball	Mu19	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Mi	19.30-21.00	Basketball	Mu19	UBSC
Unionhalle Sporthalle	Do	17.30-19.00	Basketball	Mu19	UBSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Fr	18.00-19.30	Basketball	Mu19	UBSC
Unionhalle Ballspielhalle	Sa	10.30.-12.00	Basketball - Individualtraining		UBSC
siehe HP	Mo	siehe HP	Mädchenbasketball	jede Leistungsgruppe, von 9 bis 70	UBI

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode: USA**

Union Sport Aktiv

Tel: 0664 4131636

E-Mail: info@unionsportaktiv-graz.net

HP: www.unionsportaktiv-graz.net

**Vereinscode: UBSC**

UBSC Graz

Tel: 0664 1327875

E-Mail: office@ubsc-graz.com

HP: www.ubsc-graz.at

**Vereinscode: UBI**

UBI Graz

Tel.: 0664 9117324

E-Mail: office@ubi-graz.at

HP: www.ubi-graz.com

# Sportprogramm 2018/2019

## BEACHVOLLEYBALL – BEACHTENNIS – FOOTVOLLEY

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Beachclub Sand und Mehr	Mo, Di, Mi	15.30-17.00	Beachvolleyball	09-14 Jahre w/m Anfänger	SUM
Beachclub Sand und Mehr	Mo, Di, Mi	15.30-17.00	Beachvolleyball	14-18 Jahre w/m A+F	SUM
Beachclub Sand und Mehr	Di, Do, Fr	15.30-17.00	Beachtennis	09-14 Jahre w/m A+F	SUM
Beachclub Sand und Mehr	Di, Do, Fr	15.30-17.00	Beachtennis	14-18 Jahre w/m Anfänger	SUM
Beachclub Sand und Mehr	Mo + Mi	15.30-17.00	Footvolley	12-18 Jahre w/m Anfänger	SUM

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: SUM

Beachclub Sand und Mehr  
Tel: 0676 874 26947  
E-Mail: aloha@sandundmehr.at  
HP: www.sandundmehr.at

## BOGENSCHIESSEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
UBSC Artemis Steiermark	Mo	18.00-19.00	Bogenschießen	w+m, ca. 10-18 J.	UBSC
UBSC Artemis Steiermark	Sa	10.00-11.00	Bogenschießen	w+m, ca. 10-18 J.	UBSC

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: BSC

Bogenschützenclub Union Graz-Seiersberg  
Tel: 0664 5138410  
E-Mail: christine.haydu@aon.at  
HP: www.goldpfeil.at

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: UBSC

Bogensportzentrum Grossklein  
Tel: 0660/1222396  
E-Mail: nina.riess@jogen.at  
HP: www.bogensportzentrum.at

## BOXEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Unionhalle Gymnastiksaal	siehe HP	siehe HP	Boxen	jede Leistungsgruppe, von 10 - 99	Heros

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: Heros

Boxunion Heros Graz  
E-Mail: office@heros.at  
HP: www.heros.at  
FB: www.heros.at/facebook

## DRACHENFLIEGEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
auf Anfrage	auf Anfr.	auf Anfrage	Drachenfiegen		HGC

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: HGC

HGC Steiermark  
Tel: 0316 573844  
E-Mail: hgcstmk@gmx.at  
HP: www.flugschule-steiermark.at

# Sportprogramm 2018/2019

## EISHOCKEY

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Merkur Eisstadion	Di, Fr	20.30-21.45	Dameneishockey	w, ab 12	DEC

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode:** DEC

Dameneishockeyclub DEVILS GRAZ Tel: 0699 11887703

E-Mail: office.decgraz@gmail.com

HP: www.dec-graz.at

## EISKUNSTLAUF

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Merkur Eisstadion	Mo - Fr	15.00-15.50 16.00-16.50	Eislaufen/Eiskunstlauf	w & m, Kinder ab 4	GEV

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode:** GEV

Grazer Eislaufverein Tel: 0660 5084053

E-Mail: office@grazer-eislaufverein.at

HP: www.grazer-eislaufverein.at

## FALLSCHIRMSPRINGEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Clubheim 1. OEFC	siehe HP	siehe HP	Fallschirmspringen	w & m, ab 15	OEFC

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode:** OEFC

1.OEFC Tel: 0316 293001 oder 0664 5950360

E-Mail: info@oefc.at

HP: www.oefc.at

## FAUSTBALL

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Union Ballspielhalle	Mi	15.30-17.00	Faustball	m, Senioren	Graz
Union Ballspielhalle	Mi	19.00-20.30	Faustball LL-Liga	m, Erwachsene	Graz

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode:** Graz

Sportunion Graz

Tel: 0664 1522010 Herr Teny

E-Mail: sport-union-graz@aon.at

HP: www.graz.sportunion.at

## FECHTEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Turnsaal der Ursulinen Schule	Mo	16.45-18.15	Fechten	5-80 J., m+w, Anf.	GFU
Turnsaal der Ursulinen Schule	Mo	17.00-19.00	Fechten	5-80 J., m+w, Fortg.	GFU
Turnsaal des GIBS Eggenberg	Mi	16.30-18.00	Anfängerkurs Fechten	7-10 J., m+w, Anf.	UWK
Turnsaal des GIBS Eggenberg	Di	16.30-18.00	Anfängerkurs Fechten	11-15 J., m+w, Anf.	UWK
Turnsaal des GIBS Eggenberg	Di, Mi	16.30-20.00	Fechten	7-99 J., m+w, Fortg.	UWK

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode:** UWK

Union Wirtschaftskammer

Tel: 0664 88502886

E-Mail: fechten@uwk.at

HP: www.uwk.at/fechten

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode:** GFU

Grazer Fecht Union

Tel: 0664 5196321 od. 0650 4400191

E-Mail: achim.wargalla@gfu-fechten.at

HP: www.gfu-fechten.at

# Sportprogramm 2018/2019

## FITNESS | GYMNASTIK | GESUNDHEITSSPORT

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Unionhalle Gymnastiksaal	Mo	8.00-9.00	Aktiver Start in die Woche	w & m	DSG
Union Ballspielhalle	Fr	09.00-10.00	Allg.Gymnastik und Kondition	w & m, alle Altersgr.	DSG
Unionbad	Do	18.00-19.00 19.00-20.00	Aqua-Fitness Kurs	Erwachsene	SSP
Unionhalle Turnsaal	Mi	20.00-21.00	Bauch-Beine-Po	ab 18 Jahren	USA
Union Gymnastiksaal	Di	16.00-17.00	Beweglichkeit von Kopf bis Fuß	w & m, ab 18	DSG
Unionhalle Ballettsaal	Di	19.00-20.00	Capo-Fit/Zumba	Erwachsene	DSG
VS Mariagrün, Expositur	Do	19:45-21:00	Cardio - Tischtennis	20-101 J., w & m	Indigo
Unionhalle Turnsaal	Di	19.00-20.30	Damengymnastik	w, ab 18	USA
Union Ballspielhalle	Mi	09.00-10.00	Fit von Kopf bis Fuß I	w & m	DSG
NMS Webling	Mi	19.00-20.30	Fit von Kopf bis Fuß II	w & m	DSG
Unionhalle Turnsaal	Mo	20.00-22.00	Fitness-Gymn., BB, Volleyb.	m, ab 50	UTTV
NMS Dr. Renner	Mi	18.30-20.00	Frauengymnastik	Erwachsene	Graz
Unionhalle Turnsaal	Do	18.30-20.00	Frauengymnastik	Erwachsene	Graz
VS Berliner Ring	Do	18.15-19.45	Frauengymnastik	Erwachsene	Graz
Unionhalle Gymnastiksaal	Do	18.00-19.00	Functional Training	ab 14 bis 99	SU TRI STYRIA
Pfarrgraben, Kircheng. 4	Mi	10.30-11.30	Gymnastik für Senioren	w & m ab 70	DSG
Raiffeisen Sportpark Graz	Mi	14.00-15.00	Indian Balance	Erw. & SeniorInnen	SUStmk
WIKI Sportzentrum	Mo	17.00-18.30	"Jackpot" - Training nach der Kur	Erwachsene & SeniorInnen	SVA
WIKI Sportzentrum	Di	10.00-11.30	"Jackpot" - Training nach der Kur	Erwachsene & SeniorInnen	SVA
Raiffeisen Sportpark Graz	Mi	20.00-21.30	"Jackpot" - Training nach der Kur	Erwachsene & SeniorInnen	SVA
Wifi	Mi	19.00-20.00	Konditionstraining für Sportbegeisterte	w & m	DSG
NMS Andritz	Mi	18.30-20.00	Männer-Gymnastik	m, Senioren	Graz
NMS Algersdorf	Fr	19.30-21.00	Männerturnen/ Konditionstraining	m, ab 18	EGgen.
Raiffeisen Sportpark Graz	Di	09.00-10.00	Wake up FIT	Erw. & SeniorInnen	DSG
Union Gymnastiksaal	Di	20.00-21.00	Pilates UH	Erwachsene	Graz
Raiffeisen Sportpark Graz	Di	07.30-08.30	Pilates Sportpark	Erwachsene	Graz
VS Schönau	Do	18.30-19.30	Pilates	Erwachsene	DSG
Unionhalle Gymnastiksaal	Mi	09.00-10.00	Pilates für Senioren	w & m, ab 60	DSG
Unionhalle Gymnastiksaal	Di	18.00-19.00	Pilates	Erwachsene	3D Fitness
NMS Algersdorf	Mi	18.45-19.45	Powergymn. für Frauen	ab 18	EGgen.
HTBLA Ortwein	Mo	18.45-20.00	Rundum Fit	w & m	DSG
VS Berliner Ring	Di	18.00-19.30	"SIE und ER" Fit & Vital 60+	w & m, Erw.	Graz
Raiffeisen Sportpark Graz	Do	10.00-11.00	Smovey 50 +	Erw. & SeniorInnen	SUStmk
Unionhalle Gymnastiksaal	Mo	18.00-19.00	TRI Letics Workout-Core basic	ab 14 bis 99	SU TRI Styria
Union Turnsaal	Mo	19.00-20.00	Wirbelsäulengymnastik sportiv I w & m	w & m	DSG
Turnhalle Wirtschaftskammer	Mi	19.00-20.00	Wirbelsäulengymnastik sportiv II w & m	w & m	DSG
Unionhalle Gymnastiksaal	Di	16.00-17.00	Wirbelsäulengymnastik	Erwachsene	DSG
Raiffeisen Sportpark Graz	Do	11.00-12.00	Yoga kennt kein Alter	Erw. & SeniorInnen	SUStmk
Unionhalle Gymnastiksaal	Di	19.00-20.00	Zumba ©	ab 16	DSG
Trainingszentrum des UTSC	siehe HP	siehe HP	Zumba ©	ab 10	Choice Styria
Unionhalle Gymnastiksaal	So	17.00-18.00	Zumba ©	ab 16	3D Fitness

# Sportprogramm 2018/2019

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: DSG

Diözesansportgemeinschaft Stmk.  
Tel: 0316 8041238

E-Mail: info@dsg.at

HP: www.dsg.at

### Vereinscode: Choice Styria

UTSC Choice Styria

Tel: 0664 1316116

E-Mail: choice@tsc-choice.at

HP: www.tsc-choice.at

### Vereinscode: Eggen.

Sportunion Graz-Eggenberg

Tel: 0316 241091

E-Mail: klaus.hari@gmail.com

### Vereinscode: SU TRI Styria

Sportunion Tri Styria

Tel: 0316 32443074

E-Mail: office@tristyria.at

HP: www.tristyria.at

### Vereinscode: USA

Union Sport Aktiv

Tel: 0664 4131636

E-Mail: info@unionsportaktiv-graz.net

HP: www.unionsportaktiv-graz.net

### Vereinscode: Graz

SPORTUNION Graz

Tel: 0664 4174100 oder 0664 73654357

E-Mail: sport-union-graz@aon.at

HP: www.graz.sportunion.at

### Vereinscode: 3D Fitness

3D Alternatives Fitnessstudio

Tel: 0676 9430051

E-Mail: atanasov@3dfitnessstudio.com

HP: www.3dfitnessstudio.at

### Vereinscode: Indigo

Union Sportverein Indigo

Tel: 0664 3855981

E-Mail: attila@usv-indigo.at

HP: www.usv-indigo.at

### Vereinscode: SVA

SVA

Tel: 05 08 08-5614 Lena Großschädl, MA.

E-Mail: jackpot@svagw.at

### Vereinscode: UTTV

Union Tischtennisverein Graz

Tel: 0680 3133120

E-Mail: hans.puhr@chello.at

HP: www.uttvgraz.sportunion.at

### Vereinscode: UTSC

UTSC Choice Styria

Tel: 0664 1316116

E-Mail: choice@tsc-choice.at

HP: www.tsc-choice.at

### Vereinscode: SUStmk

SPORTUNION Steiermark

Tel: 0316/32 44 30

HP: www.sportunion-steiermark.at/kursanmeldung

E-Mail: kurse@sportunion-steiermark.at

## FRISBEE

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Landessportzentrum	Fr	15.00-17.00	Frisbee ultimate	von 10 bis 18	Catchup

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: Catchup

Union Catchup Graz

Tel: 0681 20306039 Herr Kleinhapl

E-Mail: contact@frisbee-graz.info

HP: www.frisbee-graz.info/catchup

## FUSSBALL

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Grottenhofstraße 11 - LUV	auf Anfrage		auf Anfrage	Fußball	LUV
Sportplatz Sportunion Liebenau	Mi	17.00-20.00	Fußball	w & m, 6-17 Jahre	Lieben.

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: LUV

SV Union LUV Graz

Tel.: 0664 4605454

E-Mail: heide.poelderl@chello.at

### Vereinscode: Lieben.

SV Union Liebenau-Graz

Tel: 0664 80882553

E-Mail: heimo.kalcher@mcq.at

HP: www.svliebenau.com

## HALLENHOCKEY

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Unionhalle Sporthalle	siehe HP	siehe HP	Hockey		UHCE
Unionhalle Turnsaal	Fr	20.30-22.00	Hockey	ab 18 Jahren	USA

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: UHCE

Union Hockey Club Graz

Tel: 0664 4242693

E-Mail: info@hcgraz.at

HP: www.hcgraz.at

### Vereinscode: USA

Union Sport Aktiv

Tel: 0664 4131636

E-Mail: info@unionsportaktiv-graz.net

HP: www.unionsportaktiv-graz.net

# Sportprogramm 2018/2019

## HANDBALL

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Unionhalle Sporthalle	Mi	20.00-21.30	Handball	Damen	UHC
Unionhalle Ballspielhalle	Di	17.30-19.00	Handball	Damen	UHC
Unionhalle Ballspielhalle	Fr	17.30-19.30	Handball	Damen	UHC
Unionhalle Sporthalle	Di	18.00-19.30	Handball	Herren	UHC
Unionhalle Sporthalle	Mi	17.30-18.30	Handball	Jugend '06-'08 (mix)	UHC
Unionhalle Ballspielhalle	Mo	15.30-17.00	Handball	Jugend '06-'08 (mix)	UHC
Unionhalle Ballspielhalle	Do	15.30-17.00	Handball	Jugend '06-'08 (mix)	UHC
Unionhalle Ballspielhalle	Fr	16.00-17.30	Handball	Jugend allgemein	UHC
Unionhalle Sporthalle	Mo	18.00-19.00	Handball	Mädchen '02-'05	UHC
Unionhalle Sporthalle	Mi	18.30-20.00	Handball	Mädchen '02-'05	UHC
Unionhalle Sporthalle	Do	15.30-17.00	Handball	Mädchen '02-'05	UHC

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: UHC

Union Handballclub Graz  
Tel: 0664 8438878  
E-Mail: office@uhc-graz.at  
HP: uhc-graz.at

## IKS - VEREIN ZUR FÖRDERUNG DER INKLUSION DURCH KULTURELLE UND SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
BRG Petersgasse	Mi	16.30-17.15	Eltern Kind Turnen	0-4 Jahre w&m mit/ohne Beeinträchtigung	IKS
BRG Petersgasse	Mi	17.15-18.00	Inklusives Kinderturnen	5-10 Jahre w&m mit/ohne Beeinträchtigung	IKS

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: IKS

Verein IKS  
Tel: 0680 3016293  
E-Mail: info@verein-iks.eu  
HP: www.verein-iks.eu

## KAMPFSPORTARTEN (FERNÖSTLICH)

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
LSZ Graz	Di	18.30-20.00	Aikido	w & m, ab 12	Aikikai
	Do, Fr	20.00-21.30			
LSZ Graz	Mo	19.30-21.30	Aikido	Erwachsene	Aikido
LSZ Graz	Fr	18.30-20.00	Aikido	Erwachsene	Aikido
Bujinkan Graz	Mo	19:00-20:30	Bujinkan Budo Taijutsu		Bujinkan
House of Ki Graz	Di	18:00-19:00	Bujinkan Budo Taijutsu		Bujinkan
Bujinkan Graz	Fr	16:00-17:30	Bujinkan Budo Taijutsu		Bujinkan
Kinderhaus Kinder am Straßenglerberg	Sa	10:30-11:30	Bujinkan Budo Taijutsu	Kinder, 5-12 Jahre	Bujinkan
Landesportzentrum	Mo	17.00-18.30	Historischer Dolchkampf	ab 15	INDES
VS Neuhart	Do	19.00-21.00	Hist. europ. Schwertkampf	ab 15	INDES
VS St. Johann	Mi	19.00-21.00	Hist. Hellebardenkampf	ab 15	INDES
BG GIBS	Fr	17.00-19.00	Historischer Rapierkampf	ab 15	INDES

# Sportprogramm 2018/2019

## KAMPFSPORTARTEN (FERNÖSTLICH)

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
LSZ Graz	Di Do, Fr	18.30-20.00 20.00-21.30	Aikido	w & m, ab 12	Aikikai
LSZ Graz	Mo	19.30-21.30	Aikido	Erwachsene	Aikido
LSZ Graz	Fr	18.30-20.00	Aikido	Erwachsene	Aikido
Bujinkan Graz	Mo	19:00-20:30	Bujinkan Budo Taijutsu		Bujinkan
House of Ki Graz	Di	18:00-19:00	Bujinkan Budo Taijutsu		Bujinkan
Bujinkan Graz	Fr	16:00-17:30	Bujinkan Budo Taijutsu		Bujinkan
Kinderhaus Kinder am Straßenglerberg	Sa	10:30-11:30	Bujinkan Budo Taijutsu	Kinder, 5-12 Jahre	Bujinkan
Landesportzentrum	Mo	17.00-18.30	Historischer Dolchkampf	ab 15	INDES
VS Neuhart	Do	19.00-21.00	Hist. europ. Schwertkampf	ab15	INDES
VS St. Johann	Mi	19.00-21.00	Hist. Hellebardenkampf	ab 15	INDES
BG GIBS	Fr	17.00-19.00	Historischer Rapierkampf	ab 15	INDES
Jauerburggasse Judohalle	Di und Do	17.00-18.00	Judo Anfängerkurs	w & m, von 6 bis 60	Judo
Jauerburggasse Judohalle	Di, Do	18.00-19.00	Judo Erwachsenentraining	w & m, von 14 bis 99, Anfänger, sportlich anspruchsvoll, Wettkampfvorbereitung	Judo
LBZ St.Peter	Mi	18.00-19.00	Judo-Anfänger	von 6 bis 18+	G.Ost
LBZ St.Peter	Mi	19.00-20.00	Judo-Wettkämpfer		G.Ost
LBZ St.Peter	Mo	18.00-19.00	Judo-Fortgeschrittene 1		G.Ost
LBZ St.Peter	Mo	19.00-20.00	Judo-Fortgeschrittene 2		G.Ost
VS Unterpemst.	Di	17.00-18.30	Judo	Anfängerkurs	JCU
VS Unterpemst.	Mo	17.00-18.30	Judo	Fortgeschrittene	JCU
VS Unterpemst.	Fr	17.00-18.30	Judo	Fortgeschrittene	JCU
HS St. Johann	Mo	18.00-19.00	Karate	von 6-14, siehe HP	Shuhari
HS St. Johann	Fr	18.00-19.30	Karate	von 6-14, siehe HP	Shuhari
HS St. Johann	Fr	19.30-21.00	Karate	Jug. & Erw., siehe HP	Shuhari
Unionhalle Turnhalle	Mi	18.30-20.00	Karate	Jug. & Erw., siehe HP	Shuhari
Unionhalle Turnhalle	Sa	10.00-11.30	Karate	Jug. & Erw., siehe HP	Shuhari
Unionhalle Turnhalle	So	10.00-11.30	Karate	Jug. & Erw., siehe HP	Shuhari
NMS Albert Schweitzer	Mo	18-19 Uhr	Kendo japan. Schwertkampf	Kinder	Kendo
NMS Albert Schweitzer	Mo	19-21 Uhr	Kendo japan. Schwertkampf	Erwachsene	Kendo
Volksschule Neuhart	Do	18-19 Uhr	Kendo japan. Schwertkampf	Kinder	Kendo
Volksschule Neuhart	Do	19-21 Uhr	Kendo japan. Schwertkampf	Erwachsene	Kendo
Landessportzentrum	auf Anfr.	auf Anfr.	Kendo, laido, Jodo, Tai Chi Chuan, Modern Soft Nunchaku	w & m, 14 bis 101, Anf. & Fortg.	KEN
Landesportzentrum	Mo	18.30-20.00	Langes Messer	ab 15	INDES
VS Eisteich	Di	19.00-21.00	Schwertkampf	ab 15	INDES
Turnsaal d. Ursulinen Schule	Do	19.00-21.00	Takeda Ryu Aikido	ab 15	Sobukan
Turnsaal d. Ursulinen Schule	Di	19.00-20.00	Takeda Ryu Jodo	ab 15	Sobukan
Turnsaal d. Ursulinen Schule	Di	20.00-21.00	Takeda Ryu laido	ab 15	Sobukan
Turnsaal d. Ursulinen Schule	Mi	19.00-21.00	Takeda Ryu Jukempo	ab 15	Sobukan
Turnsaal d. Ursulinen Schule	Mi	20.00-21.00	Takeda Ryo Kendo	ab 15	Sobukan
Sacre Coeur	Mo	18.00-19.30	Traditionelles Karate	Fortgeschrittene	SKCG
Sacre Coeur	Mi	18.00-19.30	Traditionelles Karate	Anfänger	SKCG

# Sportprogramm 2018/2019

VS Gössendorf	Sa	9.00-10.00	Traditionelles Karate	Fortgeschrittene	SKCG
VS Gössendorf	So	10.00-11.00	Traditionelles Karate	Anfänger	SKCG
LBZ St.Peter	Mo	20.00-21.00	Ugotchi Kata Kurs		G.Ost
LBZ St.Peter	Mi	17.00-18.00	Ugotchi Outdoor		G.Ost

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: Judo

Judo Union Graz  
Tel: 0676 4020295 Lehofer Stefan  
E-Mail: office@judo-uniongraz.at  
HP: www.judo-uniongraz.at

### Vereinscode: Aikikai

Aikikai Graz  
Tel: 0664 5938396  
E-Mail: info@aikikai-graz.at  
HP: www.aikikai-graz.at

### Vereinscode: G.Ost

Judoclub Graz Ost  
Tel: 0650 4036586  
E-Mail: hajime@gmx.at  
HP: www.judouniongrazost.at

### Vereinscode: Sobuka

Sobukan Union Graz  
Tel.: 0664 5439507  
andreas.schoch@sobukan.at

### Vereinscode: Kendo

Mumonkan Kendo Union Graz  
Tel: 0699 10632262  
E-Mail: info@kendo-graz.at  
HP: www.kendo-graz.at

### Vereinscode: INDES

Historische europäische Kampfkunst-Akademie Graz  
Tel.: 0676 6946519  
Email: AKADEMIEGRAZ@INDES.AT

### Vereinscode: JCU

Judoclub Unterpremstätten-Zettling  
Tel: 0699 10337457  
E-Mail: hannesuuz@aon.at  
HP: www.judo-uuz.at

### Vereinscode: KEN

KEN Verein für japan. Kultur und Kampfkunst Union Graz  
Tel: 0680 2196367  
E-Mail: peter.spielhofer@gmx.at  
HP: www.shindokan.at

### Vereinscode: Shuhari

Karate Sportunion Shuhari Graz  
Tel: 0664 6444568  
E-Mail: office@karate-union.at  
HP: www.karate-union.at

### Vereinscode: Aikido

Aikido Union Graz  
Tel: 0664 9239722  
E-Mail: kontakt@aikido-graz.at  
HP: www.aikido-graz.at

### Vereinscode: SKCG

Sakura Karate Club Graz  
Tel: 0676 6904707 | 0676 910 30 88  
elena.cristea@yahoo.com  
HP: www.karate-at-graz.at

### Vereinscode: Bujinkan

Bujinkan Dojo Graz  
Tel.: 0699 195 621 86  
Email: enis\_ugur@yahoo.com

## LACROSSE

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
USZ Viktor Franz Platz	Mo	18.00-20.00	Lacrosse, Amateure, Hobby	w & m - 16 -60 +	SUGL

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: SUGL

SU Graz Gladiators Lacrosse Tel: 0664 2812346 E-Mail: obmann@graz-gladiators.com HP: www.graz-gladiators.com

## LAUFEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
USZ Rosenhain	Di	06.30-08.00	Laufkurs für Triathleten und Läufer	von 14 bis 99	SU Tri Styria

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: SU TRI Styria

Sportunion Tri Styria Tel: 0316 32443074 E-Mail: office@tristyria.at HP: www.tristyria.at

## LEICHTATHLETIK

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
VS Mariagrün	Mi	15.00-17.00	Leichtathletik - Kids	w & m 7 - 10 Jahre	LTU Graz
VS Mariagrün	Sa	11.00-12.00	Leichtathletik - Kids		LTU Graz
USZ Rosenhain	Mi	15.30-17.00	Leichtathletik - Einsteiger	w & m 11 - 14 Jahre	LTU Graz
USZ Rosenhain	Mi	15.30-17.00	LA - Nachwuchs Leistung	w & m 14 - 17 Jahre	LTU Graz
USZ Rosenhain	Mo + Mi	ab 14.30/15.00	Leichtathletik - Leistung	w & m ab 16 aufwärts	LTU Graz
USZ Rosenhain	Di	18.30 - 20.00	Fox on the Run	Fun, Hobby, Eltern	LTU Graz

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: LTU Graz

Leichtathletik Team Union Graz Tel: 0664 4274997 E-Mail: croehrling@a1.net

# Sportprogramm 2018/2019

## ORIENTIERUNGSLAUF (LAUF MIT KARTE UND KOMPASS)

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Hilmteich/Leechwald/ Rosenhain/Stadtpark	Do	14.30-16.00	OL Anfängerkurs 8 Einheiten, siehe HP	w & m, a.A.	SSO
Grazer Umgebung: Kumberg/St.Radegund	Sa, So	9.00-16.00	Orientierungslauf Blockkurse mit Tages- betreuung, siehe HP	w & m, a.A.	SSO

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: SSO

Sportunion Schöckl Orienteering

Tel: 0664 9604960

E-Mail: office@suso-club.at

HP: www.suso-club.at

## RHYTHMISCHE GYMNASTIK

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Unionhalle Gymnastiksaal	Mo	17.00-18.00	Rhythmische Gymnastik	Anfänger, 5-7 Jahre	GUG
Unionhalle Sporthalle	Do	17.00-19.00	Rhythmische Gymnastik	Hobbygr., ab 8 Jahre	GUG
Elisabethschule TS	Di	17.15-18.30	Rhythmische Gymnastik	Hobbygr., ab 11 Jahre	GUG
Unionhalle Sporthalle	2-4x / Woche		Rhythmische Gymnastik	Wettkampfgr., ab 6 Jahre	GUG

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: GUG

Gymnastiksport Union Graz

Tel: 0699 10 269779

E-Mail: office@gug-graz.at

HP: www.gug-graz.at

## ROLLER DERBY

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Unionhalle Sporthalle	So	15.00-18.00	Roller Derby	w & m 18 +	DCR

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: DCR

Dust City Rollers

Tel: 0664 9758098

E-Mail: claudia.hoesele@gmail.com

HP: www.facebook.com/dustcityrollers

## SCHWIMMEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Unionbad Lehrschwimmbecken	Di, Fr	10:00-11:00	Babyschwimmen	3 bis 6 Mon.	EKIZ
Uniobad	auf Anfr.	auf Anfrage	Schwimmen	ab 4	USC
Unionbad Lehrschwimmbecken	Mo	15.00-17.00	Schwimmen	w & m,	SSP
	Sa	9.00-11.00		Anfänger/Aufsteiger/ Fort-geschritten, ab 4	
	Sa	15.30-17.30			

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: USC

Union Schwimmclub

Tel: 0699 12167229

E-Mail: office@uscgraz.at

#### Vereinscode: EKIZ

Eltern-Kind-Zentrum

Tel: 0316 378140

E-Mail: info@ekiz-graz.at

HP: www.ekiz-graz.at

#### Vereinscode: SSP

Schwimmschule Pazolt

Tel: 0650 5259290

E-Mail: info@schwimmschule.cc

HP: www.schwimmschule.cc

# Sportprogramm 2018/2019

## SEGELFLUG | FLUGSPORT

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Flughafen Thalerhof	auf Anfr.	auf Anfrage	Motorflug	ab 16	Motorfl.

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode: Motorfl.**

Steirische Motorflug-Union

Tel: 0316 2910090

E-Mail: steirische@motorflugunion.com

HP: www.motorflugunion.com

## SPEEDBALL

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
BORG Monsberger	auf Anfr.	auf Anfrage	Trendsportart	w & m, ab 12	Speed.

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode: Speed.**

Österr. Union Speedball Sportverein Graz

Tel: 0664 5323941

## STOCKSPORT

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
LUV - Sportplatz	auf Anfr.	auf Anfr.	Stocksport		LUV

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode: LUV**

SV Union LUV Graz

Tel: 0664 4605454

E-Mail: heide.poelderl@chello.at

## SQUASH

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Squash Dome	Fr	15.30-17.00	Squash	w & m, 8 bis 16	USC 2000
Landessportzentrum Graz	Fr	ab 15:00	Squash	Jugendliche	UWK
Racket Sport Center Graz	Fr	14.00-16.00	Squash Kinder u. Jugendtr.	w & m, 6 bis 18	URCR
Racket Sport Center Graz	Sa	10.00-12.00	Squash Kinder u. Jugendtr.	w & m, 6 bis 18	URCR

### Vereinsinfo u. Anmeldung

**Vereinscode: USC 2000**

Union Squash Club 2000

Tel: 0664 4244551

E-Mail: office@squash2000.org

HP: www.squash2000.org

**Vereinscode: URCR**

Union Racket Club Ragnitz

E-Mail: office@rscg.at

Tel: 0664 4056973 Herr Kessler

**Vereinscode: UWK**

Union Wirtschaftskammer Graz

Tel.: 0664 4234806

E-Mail: emil.haslinger@aon.at

HP: www.uwk.at

## TANZ

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Trainingszentrum d. UTSC	siehe HP	siehe HP	Ballett	ab 10 Jahre, w+m	Choice Styria
Trainingszentrum d. UTSC	Do	16.00-17.00	Bewegung u. Tanz f. Kinder	ab 5	Choice Styria
Trainingszentrum d. UTSC	Di+Do	siehe HP	Bewegung u. Tanz f. Kinder	ab 4 Jahre, w+m	Choice Styria
Trainingszentrum d. UTSC	siehe HP	siehe HP	Discofox	ab 16 Jahre, w+m,	Choice Styria

uch ohne Partner

# Sportprogramm 2018/2019

TANZ					
KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Trainingszentrum d. UTSC	siehe HP	siehe HP	Ballett	ab 10 Jahre, w+m	Choice Styria
Trainingszentrum d. UTSC	Do	16.00-17.00	Bewegung u. Tanz f. Kinder	ab 5	Choice Styria
Trainingszentrum d. UTSC	Di+Do	siehe HP	Bewegung u. Tanz f. Kinder	ab 4 Jahre, w+m	Choice Styria
Trainingszentrum d. UTSC	siehe HP	siehe HP	Discofox	ab 16 Jahre, w+m, auch ohne Partner	Choice Styria
BG/BRG Kirchengasse	auf Anfr.	auf Anfr.	Freies Training: Streetworkout		LM
Unionhalle Gymnastiksaal	Mo	17.00-18.00	HIP HOP Union	ab 12 Jahre	GUG
Elisabethschule TS	Do	17:15-18:15	HIP HOP	ab 12 Jahre	GUG
dietanzschule	Mi	19.00-20.30	Hip Hop/Streetdance	m+w, ab 35 Jahre, Mittel bis Fortgeschr.	Streetdance
dietanzschule	Mo+Do	17.00-18.30	Hip Hop/Streetdance	m+w, 11-14 Jahre, Mittel bis Fortgeschr.	Streetdance
dietanzschule	Mo	16.30-18.00	Hip Hop/Streetdance	m+w, 8-10 Jahre Mittel bis Fortgeschr.	Streetdance
dietanzschule	Fr	17.00-18.30			
dietanzschule	Di	17.30-19.00	Hip Hop/Streetdance	m+w, ab 15 Jahre Mittel bis Fortgeschr.	Streetdance
dietanzschule	Fr	17.00-18.30			
WIKI Sportzentrum	Mo	16.00-17.00	Kindertanz	4-6 Jahre w/m	WIKI
Raiffeisen Sportpark Graz	Di	19.00-20.30	Profess. Tanzunterricht	ab 16 Jahre,	TSC
Raiffeisen Sportpark Graz	Do	18.30-21.00	Profess. Tanzunterricht	ab 16 Jahre	TSC
Raiffeisen Sportpark Graz	So	18.00-20.00	Profess. Tanzunterricht	ab 16 Jahre	TSC
WIKI Sportzentrum	Mo	16.30	Rock'n Roll	ab 7 Jahre, w+m	Choice Styria
WIKI Sportzentrum	Do	17.00		auch ohne Partner	
Unionhalle Gymnastiksaal	Di	16.30-18.00	Showgruppe	ab 15 Jahre	GUG
Unionhalle Gymnastiksaal	Do	19-20.30		(mit Vorbildung)	
Raiffeisen Sportpark Graz	auf Anfr.	auf Anfr.	Streetdance		LM
Trainingszentrum d. UTSC	Di+Do	siehe HP	Tanzsport Latein & Standard	w & m, ab 8 Jahre	Choice Styria

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: LM

Sportunion Let's Move  
Tel: 0676 82141654  
E-Mail: kurse@lets-move.eu  
HP: www.lets-move.eu

### Vereinscode: Choice Styria

UTSC Choice Styria  
Tel: 0664 1316116  
E-Mail: choice@tsc-choice.at  
HP: www.tsc-choice.at

### Vereinscode: TSC

TSC- academy of dance  
Tel: 0650 9160681  
E-Mail: danceproductiongraz@gmail.com  
HP: www.danceproductiongraz.at

### Vereinscode: Streetdance

Streetdance  
Tel.: 0676 60 27 144  
E-Mail: birgit.bergbauer@gmx.at

### Vereinscode: GUG

Gymnastiksport Union Graz  
Tel: 0699 10269779  
E-Mail: office@gug-graz.at  
HP: www.gug-graz.at

### Vereinscode: WIKI

WIKI Steiermark  
Tel: 0676 577 7548  
E-Mail: posedu@wiki.at  
HP: www.wiki.at

## TAUCHEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Bad Eggenberg - Auster	auf Anfr.	auf Anfrage	Tauchsport	m & w, ab 14	FC Graz
Bad Eggenberg - Auster	siehe HP	siehe HP	Tauchen	von 14 bis 65	STC

## Vereinsinfo u. Anmeldung

### Vereinscode: FC Graz

Sport UNION FC Graz  
Tel: 0664 391 1042  
E-Mail: ricc@gmx.at  
HP: www.fc-graz.at

### Vereinscode: STC

Union Steirischer Tauchsport Club  
Tel: 0664 3824499  
E-Mail: office@stc.or.at  
HP: www.stc.or.at

# Sportprogramm 2018/2019

## TENNIS

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
UTC Eggersdorf b. Graz	auf Anfr.	auf Anfrage	Tennis	alle Altersgruppen	UTC Egg.
Grottenhofstraße 11 - LUV	auf Anfr.	auf Anfrage	Tennis	w & m, ab 4	LUV
UWK - Sektion Tennis	auf Anfr.	auf Anfrage	Tennis		UWK

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: UTC Egg.

UTC Eggersdorf  
HP: www.tc-eggersdorf.at

#### Vereinscode: LUV

SV Union LUV Graz  
Tel: 0664 4605454  
E-Mail: heide.poelderl@chello.at

#### Vereinscode: UWK

UWK Rembrandtgasse 1  
Tel.: 0676 6172 913  
office@uwk.at

## TISCHTENNIS

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
VS Mariagrün, Expositur	Do	19:45-21:00	Cardio - Tischtennis	20-101 J., w&m	Indigo
Raiffeisen Sportpark Graz	Fr	09.00-10.00	Senioren Tischtennis	SeniorInnen	SUStmk
Unionhalle TT-Halle	Mo-Fr	siehe HP	Tischtennis	m & w, a. A.	UTTV
Unionhalle TT-Halle	Do	17.00-21.00	TT - Anf. bis Fortgeschr.	ab 6 Jahre	UWK
Unionhalle TT-Halle	Mo + Mi	16.00-17.00	TT - gleich richtig Anfängen	5-8 Jahre w & m	Indigo
Unionhalle TT-Halle	Mo + Mi	17.00-18.00	TT - richtig lernen	9-12 Jahre w & m	Indigo
VS Mariagrün, Expositur	Fr	16.00-18.00	TT - für Volksschüler	6-10 Jahre w & m	Indigo
Union TT-Halle	Mo + Mi	16.00-18.00	TT - Leistungsgruppe	6-17 Jahre w & m	Indigo

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: UTTV

Union Tischtennisverein Graz  
Tel: 0680 3133120  
E-Mail: hans.puhr@chello.at  
HP: www.uttvgraz.sportunion.at

#### Vereinscode: Indigo

Union Sportverein Indigo  
Tel: 0664 3855981  
E-Mail: attila@usv-indigo.at  
HP: www.usv-indigo.at

#### Vereinscode: UWK

Union Wirtschaftskammer Graz  
Tel.: 0664 4234806  
E-Mail: emil.haslinger@aon.at  
HP: www.uwk.at

#### Vereinscode: SUStmk

SPORTUNION Steiermark  
Tel: 0316/32 44 30  
HP: www.sportunion-steiermark.at/kursanmeldung/  
E-Mail: kurse@sportunion-steiermark.at

## TRIATHLON

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Bad zur Sonne	Mi	16.00-17.00	Triathlon	8-10 Jahre	SU TRI STYRIA
USZ Rosenhain	Fr	17.30-19.00	Triathlon	8-10 Jahre	SU TRI STYRIA
BORG Monsberger	Di	auf Anfrage	Triathlon	10-18 Jahre	SU TRI STYRIA
USZ Rosenhain	Fr	17.30-19.00	Triathlon	10-18 Jahre	SU TRI STYRIA
Union Hallenbad & USZ	Mo	15.00-16.00	Triathlon	von 8 bis 15	SU Trigonomic
	Do	16.00-17.00	Triathlon	von 8 bis 15	SU Trigonomic
	Fr	15.00-16.00	Triathlon	von 8 bis 15	SU Trigonomic
Unionhalle	auf Anfr.	auf Anfr.	Triathlon Training	ab 18	TCU
	auf Anfr.	auf Anfr.	Triathlon Training	ab 18	DEV

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: TCU

Triathlon Club Union Graz  
Tel: 0676 7263562 | 0316 213936  
E-Mail: info@tcu-graz.at  
HP: www.tcu-graz.at

#### Vereinscode: SU TRI Styria

Sportunion Tri Styria  
Tel: 0316 32443074  
E-Mail: office@tristyria.at  
HP: www.tristyria.at

#### Vereinscode: DEV

TriDevis  
Tel: 0650 9204627 |  
0316 241586  
E-Mail: triteam@checkitmail.at

#### Vereinscode: SU Trigonomic

Tel.: 0650 3432672  
E-Mail: office@trigonomic.at  
HP: www.trigonomic.at

# Sportprogramm 2018/2019

## TURNEN

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
WIKI Sportzentrum	Mo	15.00-16.30	Akrobatik u. Bodenturnen	6-11 Jahre w/m	WIKI
Unionhalle Gymnastiksaal	Mi	16.30-18.00	Akrobatik I (Anfänger)	6-11 Jahre w/m	USA
Unionhalle Turnsaal	Fr	17.30-19.00	Akrobatik II (Fortg.)	ab 10 Jahren w/m	USA
Unionhalle Turnsaal	Mo	16.00-17.00	Eltern-Kind-Turnen I	von 0 bis 3 Jahre	USA
Unionhalle Turnsaal	Mo	17.00-18.00	Eltern-Kind-Turnen II	von 0 bis 3 Jahre	USA
Unionhalle Turnsaal	Do	15:00-16:30	Erlebnisturnen	von 6 bis 10 Jahre	USA
BG/BRG Kirchengasse	auf Anfr.	auf Anfr.	Freies Training: Parkour & Freerunning		LM
Unionhalle Turnsaal	Do	16.30-18.30	Geräteturnen	ab 11 Jahre	USA
WIKI Sportzentrum	Mo	16.30-18.00	Geräteturnen	10-14 Jahre w/m	WIKI
Raiffeisen Sportpark Graz	Mo, Mi, Fr	15.00-16-30	Geräteturnen	von 3,5 bis 6 Jahre	SUTurnados
Raiffeisen Sportpark Graz	Mo, Mi, Fr	16.30-18.00	Geräteturnen	von 6 bis 8 Jahre	SUTurnados
BRG Petersgasse - Turnsaal 1	Fr	16.00-17.00	(Groß-)Eltern-Kind-Turnen 1	von 1½ bis 3	Graz
BRG Petersgasse - Turnsaal 2	Fr	16.00-17.00	(Groß-)Eltern-Kind-Turnen 2	von 1½ bis 3	Graz
BRG Petersgasse - Turnsaal 1	Fr	17.00-18.00	(Groß-)Eltern-Kind-Turnen 3	von 3 bis 4	Graz
BRG Petersgasse - Turnsaal 2	Fr	17.00-18.00	(Groß-)Eltern-Kind-Turnen 4	von 3 bis 4	Graz
BRG Petersgasse - Turnsaal 1	Mi	16.30-17.30	(Groß-)Eltern-Kind-Turnen 5	von 1½ bis 4	Graz
Raiffeisen Sportpark Graz	Fr	10.00-11.00	(Groß-)Eltern-Kind-Turnen 6	von 1½ bis 3	Graz
Unionhalle Turnsaal	Mi	17.00-18.30	Kinder Geräte Turnen UH MI	ab 7	Graz
Unionhalle Turnsaal	Di	17.00-18.30	Kinder Geräte Turnen UH DI	ab 7	Graz
TS BG/BRG Oeversee	Di	17.15-18.45	Kinder Geräte Turnen OEV	ab 7	Graz
Unionhalle Turnsaal	Fr	15.30-16.30	Kinderturnen 1	von 4 bis 5	Graz
Unionhalle Turnsaal	Fr	16.30-17.30	Kinderturnen 2	von 5 bis 6	Graz
Unionhalle Turnsaal	Fr	16.30-17.30	Kinderturnen 2	von 5 bis 6	Graz
Unionhalle Turnsaal	Fr	14.30-15.30	Kinderturnen 3	von 6 bis 7	Graz
Unionhalle Turnsaal	Mo	15.00-16.00	Turnflöhe	von 4 bis 6 Jahre	USA
BRG Petersgasse - Turnsaal	Mo	16.30-18.00	Turnen an Geräten	ab 10	Graz
Raiffeisen Sportpark Graz	Do	15.00-16.30	Turn 10 (Anfänger)	ab 8 Jahren	SUTurnados
Raiffeisen Sportpark Graz	Do	16.30-18.00	Turn 10 (Fortgeschrittene)	ab 8 Jahren	SUTurnados

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: USA

Union Sport Aktiv  
Tel: 0664 4131636  
E-Mail: info@unionsportaktiv-graz.net  
HP: www.unionsportaktiv-graz.net

#### Vereinscode: Graz

SPORTUNION Graz  
Tel: 0664 4174100 | 0664 73654357  
E-Mail: sport-union-graz@aon.at  
HP: www.graz.sportunion.at

#### Vereinscode: LM

SPORTUNION Let's Move  
Tel.: 0676 82141654  
E-Mail: kurse@lets-move.eu  
HP: www.lets-move.eu

#### Vereinscode: WIKI

WIKI Steiermark  
Tel: 0676 577 7548  
E-Mail: posedu@wiki.at  
HP: www.wiki.at

#### Vereinscode: SUTurnados

Tel.: 0664 60613368 oder 0664 1331951  
HP: www.turnados.at

# Sportprogramm 2018/2019

## UNTERWASSERRUGBY

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Union Halle	Do	19.45	Kraft- u. Konditionstraining	Jugend u. Erw.	UWR
Bad Eggenberg - Auster	Di	19.30	Spieltraining	Jugend u. Erw.	UWR
Bad Eggenberg - Auster	So	19.30	Spieltraining	Jugend u. Erw.	UWR
Union Bad	Do	20.45	Tauchtraining	Jugend u. Erw.	UWR

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: UWR

Union Steirischer Tauchsportclub - Unterwasserrugby    Tel: 0650 3007133    E-Mail: uwrgraz@gmail.com    HP: graz.uwr.at

## VOLLEYBALL

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
BRG Petersgasse	Mi	19.30-21.00	Hobbygruppe Volleyball	w & m, Erw.	Graz
NMS Algersdorf	Mo	19.00-21.00	Mixed Volleyball	w & m, ab 18	Eggenb.
auf Anfrage	auf Anfr.	auf Anfr.	Volleyball	w & m, von 8 - 40	UVC
Sacre Coeur	Mi	20.15-21.45	Volleyball	w & m	DSG

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: Graz

SPORTUNION Graz  
Tel: 0316 719778 | 0664 73654357 E-  
Mail: sport-union-graz@aon.at  
HP: www.graz.sportunion.at

#### Vereinscode: DSG

Diözesansportgemeinschaft Stmk.  
Tel: 0316 8041238  
E-Mail: info@dsg.at  
HP: www.dsg.at

#### Vereinscode: UVC

UVC Graz AG  
Tel: 0664 4261804  
E-Mail: frederick.laure@uvcgraz.at  
HP: www.uvcgraz.at

#### Vereinscode: Eggenb.

Sportunion Graz-Eggenberg  
Tel: 0699 10050153 | 0316 241091  
E-Mail: klaus.hari@gmail.com

## WALKING

KURSORT	TAG	ZEIT	KURS	ZIEL- UND ALTERSGRUPPE	VEREINSCODE
Augarten (Pavillon)	Mo	09.00-10.00	Walking / Nordic Walking	w & m	DSG

### Vereinsinfo u. Anmeldung

#### Vereinscode: DSG

Diözesansportgemeinschaft Stmk.  
Tel: 0316 8041238  
E-Mail: info@dsg.at  
HP: www.dsg.at



# Sportstätten

Augarten (Pavillon)	Augarten Graz	8010 Graz
Auster - Bad Eggenberg	Janzgasse 21	8020 Graz
Bad zur Sonne	Feuerbachgasse 11-13	8020 Graz
Beachclub Sand und Mehr	Tannenhofweg 5	8044 Graz
BRG Kirchengasse	Kirchengasse 5	8010 Graz
BG/BRG Klusemannstraße	Klusemannstraße 25	8053 Graz
BG/BRG Oeversee	Oeverseegasse 28	8020 Graz
BRG Petersgasse	Petersgasse 110	8010 Graz
Bujinkan Graz	Kaiserfeldgasse 19/1/7	8010 Graz
Clubhaus 1.OEFC	Schachenwaldstraße 53	8073 Feldkirchen bei Graz
BORG Monsberger	Monsbergergasse 16	8010 Graz
dietanzschule	Peter Roseggerstr. 24	8053 Graz
Elisabethschule TS	Elisabethstraße 56	8010 Graz
Flughafen Graz Thalerhof	Feldkirchen	8073 Feldkirchen bei Graz
GIBS	Georgigasse 85	8020 Graz
NMS Webling	Unterer Bründlweg 19	8053 Graz
Merkur Eisstadion	Zoisweg 6	8041 Graz
NMS Andritz	Reichsstraße 35c	8045 Graz
NMS Albert Schweizer	Grieskai 62	8020 Graz
NMS Algersdorf	Algersdorfer Straße 11	8020 Graz
NMS Webling	Unterer Bründlweg 19	8053 Graz
House of Ki Graz	Brenergasse 27	8051 Graz
HS Dr. Renner	Eduard Keil Gasse 41	8041 Graz
HS St. Johann	Mariatrosterstraße 128	8043 Graz
HTBLA Ortwein	Körösistraße 157	8010 Graz
Jauerburggasse - Judohalle	Jauerburggasse 22	8010 Graz
Kinderhaus Kinder am Straßenglerberg	Lindengasse 7	8111 Judendorf-Straßengel
Landessportzentrum	Jahngasse 4	8010 Graz
LBZ - St. Peter	Hans-Brandstetter-Gasse 2	8010 Graz
LUV Sportplatz	Grottenhofstraße 11	8053 Graz
Pfarr Graben	Kirchengasse 4	8010 Graz
Privatgymnasium Sacré Coeur	Petersgasse 1	8010 Graz
Racket Sport Center Graz	Ragnitzstraße 58b	8047 Graz
Raiffeisen Sportpark Graz	Hüttenbrennergasse 31	8010 Graz
Sportplatz - Sportunion Liebenau	Jägerweg 34	8041 Graz
Squash Dome	Puchstraße 21	8020 Graz
UTC Eggersdorf b. Graz	Rabnitzstraße 15	8063 Eggersdorf
Unionhalle	Gaußgasse 3	8010 Graz
Ursulinen Turnhalle	Pappenheimgasse/Engelg.	8010 Graz
USZ Rosenhain	Max Mell Allee 11	8010 Graz
USZ Viktor Franz Platz	Viktor Franz Straße 20	8051 Graz
UTSC Trainingszentrum Einkaufspark Puntigam	Triester Straße 391	8055 Graz
UWK - Sektion Tennis	Rembrandtgasse 1	8010 Graz
VS Berliner Ring	Rudolfstraße 242	8047 Graz
VS Eisteich	Eisteichgasse 14	8042 Graz
VS Gössendorf	Schulstraße 3	8071 Gössendorf
VS Mariagrün	Mariagrünerstraße 87	8043 Graz
VS Neuhart	Kapellenstraße 100	8053 Graz
VS Schönau	Neuholdaugasse 93	8010 Graz
VS Unterpremstätten	Josef-Krainerstraße	8141 Unterpremst.
VS Wieland	Keesgasse 6	8010 Graz
WIFI	Körblergasse 111	8010 Graz
WIKI Sportzentrum	Ziehnerstraße 89	8041 Graz

# SPOWIMED



-  Sportmedizin + Leistungsdiagnostik
-  Sportwissenschaften + Trainingsplanung
-  Physiotherapie + Bewegungsanalyse
-  Sportpsychologie + Mentaltraining

 Raiffeisen Sportpark Graz  
Hüttenbrennergasse 31  
8010 Graz

 [office@spowimed.at](mailto:office@spowimed.at)  
[www.spowimed.at](http://www.spowimed.at)



## **SPORTUNION STEIERMARK**

SPORTUNION Steiermark  
Gaußgasse 3, 8010 Graz  
Telefon: +43 316 / 32 44 30, Fax: +43 316 / 32 42 56  
E-Mail: [office@sportunion-steiermark.at](mailto:office@sportunion-steiermark.at)  
ZVR-Zahl: 754506988  
[www.sportunion-steiermark.at](http://www.sportunion-steiermark.at)

*Wir bewegen Menschen*

