



parkbad

KRUMPENDORF AM WÖRTHERSEE

BEWEGUNGSARENA KRUMPENDORF

FIT & FUN PROGRAMM 2026 | 29.06.-30.08.2026

KÄRNTEN

Wörthersee
Rosental

MONTAG

- 09.00 **GYMNASTIK & AQUAJOGGING** mit Silvia Hedenig | Fit-Lehrwart und Aerobictrainerin
Dauer ca. 45 Min. | ab 24° Wassertemperatur im Wasser
- 16.00 **KINDERYOGA** | Dauer ca. 1 Stunde
- 18:00 **BODYWORKOUT mit Musik** – Training für den ganzen Körper
mit Michaela Drobitsch | Fitnesstrainerin | Dauer 50 min.

DIENSTAG

- 10.00 **STAND UP PADDLING** | Einführung incl. kleiner Ausfahrt | Treffpunkt: SEEsport Wörthersee
- 11.00 **KINDERCLUB** | Kreatives Gestalten, Spiel & Bewegung für Kinder ab 5 Jahren
Zeitraum 11.07. – 21.08., von 11.00 bis 17.00 Uhr
- 14.00 **BEACH-VOLLEYBALL-Turnier** für die Kleinen
- 15.00 **BEACH-VOLLEYBALL-Turnier** für die Grossen
- 18:00 **FUNKTIONSGYMNASTIK VON KOPF BIS FUSS** mit Martina Grave & KollegInnen |
Physiotherapeutin und Pilatestrainerin | Dauer ca. 1 Stunde

MITTWOCH

- 09.00 **GUTEN MORGEN GYMNASTIK** | Training für den ganzen Körper mit Michaela Drobitsch |
Fitnesstrainerin | Dauer 50 min.
- 11.00 **KINDERCLUB** | Kreatives Gestalten, Spiel & Bewegung für Kinder ab 5 Jahren
Zeitraum 11.07. – 21.08., von 11.00 bis 17.00 Uhr
- 16.00 **AQUAJOGGING** mit Silvia Hedenig | Fit-Lehrwart und Aerobictrainerin
Dauer ca. 45 Min. | ab 24° Wassertemperatur
- 18.00 **YOGA** | mit den SuperActive Yoga-Lehrerinnen | Dauer ca. 1 Stunde

DONNERSTAG

- 10.00 **KAJAK TESTING** | Einführung incl. kleiner Ausfahrt | Treffpunkt: SEEsport Wörthersee
- 11.00 **KINDERCLUB** | Kreatives Gestalten, Spiel & Bewegung für Kinder ab 5 Jahren
Zeitraum 11.07. – 21.08., von 11.00 bis 17.00 Uhr
- 18.00 **DEEP WORK** – Trainerinnen von SuperActive | Dauer ca. 1 Stunde

FREITAG

- 09.00 **GYMNASTIK & AQUAJOGGING** mit Silvia Hedenig | Fit-Lehrwart und Aerobictrainerin
Dauer ca. 45 Min. | ab 24° Wassertemperatur im Wasser
- 11.00 **KINDERCLUB** | Kreatives Gestalten, Spiel & Bewegung für Kinder ab 5 Jahren
Zeitraum 11.07. – 21.08., von 11.00 bis 17.00 Uhr
- 17.00 **BOGENSCHIESSEN** für Groß und Klein mit dem Bogensportclub Wörthersee

SAMSTAG

- 08.00 **YOGA** | mit den SuperActive Yoga-Lehrerinnen | Dauer ca. 1 Stunde
- 10.00 **SCHNORCHELN- und TAUCHEN** | Schnupperstunde mit der Tauschschule Atlantis
Ausrüstungen vorhanden.
- 11.00 **KINDERCLUB** | Kreatives Gestalten, Spiel & Bewegung für Kinder ab 5 Jahren
Zeitraum 11.07. – 21.08., von 11.00 bis 17.00 Uhr
- 16.00 **AQUAJOGGING** mit Silvia Hedenig | Fit-Lehrwart und Aerobictrainerin
Dauer ca. 45 Min. | ab 24° Wassertemperatur

SONNTAG

- 11.00 **KINDERCLUB** | Kreatives Gestalten, Spiel & Bewegung für Kinder ab 5 Jahren
Zeitraum 11.07. – 21.08., von 11.00 bis 17.00 Uhr

DIE TEILNAHME IST FÜR ALLE GÄSTE IM PARKBAD KRUMPENDORF KOSTENLOS. ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!