

MUSTER-STUNDENPLAN **Team 2**

Gesundheitsprogramm: Gesund ist erfolgreich 2026

Monat	Datum	Uhrzeit	Training bzw. Vortrag (VT)	Ort	Anmeldelink
Nov./Dez. 2025			Zielvereinbarungsgespräche	Gesundheitszentrum, 1050	
JÄN.	14.1.	17:00-19:00	Kick-off Veranstaltung mit 2 Impulsvorträgen	SVS, 1050	https://vama.wkw.at/login.aspx?VANR=10089996
	20.1.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	22.1.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	27.1.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	29.1.	08:00-08:55	Yoga	HP 1010/Saal 2	
FEB.	10.2.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	12.2.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	17.2.	07:55-08:50	Yoga	HP 1010/Saal 1	
	18.2.	17:00-19:00	Workshop "Bewusstes Leben - Ernährung"	SVS, 1050	https://vama.wkw.at/login.aspx?VANR=11089016
	19.2.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	24.2.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
MÄRZ	26.2.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	3.3.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	5.3.	08:00-08:55	Yoga	HP 1010/Saal 2	
	10.3.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	12.3.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	17.3.	07:55-08:50	Yoga	HP 1010/Saal 1	
	19.3.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	24.3.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
25.3.	17:00-19:00	Workshop "Mindset"	SVS, 1050	https://vama.wkw.at/login.aspx?VANR=11089026	
APRIL	26.3.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	7.4.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	9.4.	08:00-08:55	Yoga	HP 1010/Saal 2	
	14.4.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	15.4.	17:50-21:00	LEHRKÜCHE	MODUL (WIFI Wien)	
	16.4.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	21.4.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	23.4.	08:00-08:55	Yoga	HP 1010/Saal 2	
	28.4.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	29.4.	17:00-19:00	Workshop "Achtsamkeit und Motivation"	SVS, 1050	https://vama.wkw.at/login.aspx?VANR=11089036
MAI	30.4.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	5.5.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	7.5.	08:00-08:55	Yoga	HP 1010/Saal 2	
	12.5.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	19.5.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	21.5.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	26.5.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
JUNI	28.5.	08:00-08:55	Yoga	HP 1010/Saal 2	
	2.6.	07:55-08:50	Yoga	HP 1010/Saal 1	
	9.6.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	11.6.	08:00-08:55	Functional Training	HP 1010/Saal 2	
	16.6.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	18.6.	08:00-08:55	Yoga	HP 1010/Saal 2	
	23.6.	07:55-08:50	Functional Training	HP 1010/Saal 1	
	24.6.	17:00-19:00	Abschlussveranstaltung mit 2 Impulsvorträgen	SVS, 1050	
JULI -DEZEMBER 2026			myclubs-Abo (Voraussetzung: Teilnahme an durchschnittlich 4 Terminen pro Monat)		
JULI + AUGUST 2026			Evaluierungsgespräche	Gesundheitszentrum, 1050	