

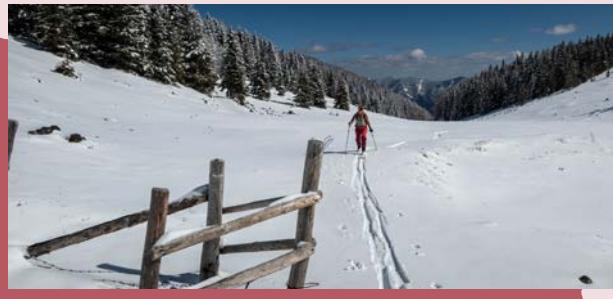
Sonntag, 25. Jänner 2026

Schi- oder Winterwandern im Alpenvorland

TREFFPUNKT: Park & Ride in der Mariazeller Straße um 9.00 Uhr (Fahrgemeinschaften möglich)

Tourenwahl und Aufstieg je nach Schneelage und Wetterbedingungen

VORBESPRECHUNG: Mittwoch, 21. Jänner 2026,
beim Fitnesstraining



Samstag, 7. März 2026

Tagesschifahrt zum Hochkar

8 moderne Liftanlagen 20 Kilometer Pisten und ein wunderschönes Panorama

VORBESPRECHUNG:
Mittwoch, 4. März 2026,
beim Fitnesstraining



Der Tages-Schipass ist für die Mitglieder des Fitnesstrainings kostenlos.

Sonntag, 25. April 2026

Wir starten in die Radsaison

Je nach Trainingszustand radeln wir 50 bis 60 Kilometer auf Nebenstraßen oder Radwegen und stärken uns in einer gemütlichen „Labestation“

VORBESPRECHUNG:

Mittwoch, 22. April 2026,
beim Fitnesstraining



Für alle angeführten Aktivitäten gelten die Haftungsausschlussbedingungen des ESV St.Pölten

SPARKASSE 
Niederösterreich Mitte West

Druckhaus
Sch!ner

3151 St. Pölten
Ochsenburger Str. 2
Tel. 02742 32181
office@schiner.at

www.schiner.at

fit durchs ganze Jahr



mit der
Schi-Sektion
ESV St. Pölten

Wir möchten dich auf unsere Aktivitäten, die du diesem Programm entnehmen kannst, aufmerksam machen!

Infos: Walter Krendl ☎ 0680 / 203 13 16
Ernst Raitzl ☎ 0681 / 818 590 32

www.esv-stpolten.at

**Unser Angebots-HIT:
Bleibe fit mit uns!**



Fitnesstraining für Frauen und Männer

Um leistungsfähig und belastbar im Alltag zu sein, wird der ganze Körper – unabhängig von Alter und Kondition – trainiert, um eine Steigerung von Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination zu erreichen.

Dafür setzen wir z.B. Therabänder, Balance-Boards, Hanteln, Gymnastikbälle etc. ein.

Das Fitnesstraining findet jeden **Mittwoch** im Turnsaal der Theodor-Körner Hauptschule St. Pölten, unterer Eingang Ausstellungsstraße, statt.

Das Programm wird in zwei zeitlichen Gruppen angeboten:

17.00 – 18.30 Uhr

Leitung: Gerhard Lehar

18.45 – 20.00 Uhr

Leitung: Winfried Brunnsteiner
Erich Jakubec

Im ersten Teil jeder Gruppe wärmen wir gezielt auf, darauf folgt das eigentliche Fitnesstraining, begleitet von entsprechender Musik.

**JAHRES-BEITRAG
€ 30,-**



5. Oktober 2025 **Herbstwanderung zur Bergrettungshütte Österleinbrunn**

„Tag der offenen Tür der Bergrettung“

TREFFPUNKT: Park & Ride in der Mariazeller Straße um 9.00 Uhr (Fahrgemeinschaften bilden)

VORBESPRECHUNG: Mittwoch, 1. Oktober 2025, beim Fitnesstraining

ANFAHRT: mit dem PKW über Törnitz in die Weidenaurotte zum Haupttretzhof

AUFSTIEG: 3,5 km | 2.00 Std | 500 hm



**Freitag, 10. Oktober 2025
19.00 Uhr**
Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen
im Gasthaus Fasslboden

Samstag, 6. Dezember 2025

Ski-Opening 2026

ZIEL: Hinterstoder

Bahnfahrer: Gemeinsame Bahnfahrt nach Hinterstoder

Autofahrer: Treffpunkt Talstation

Leitung: Wolfgang Geizenauer

VORBESPRECHUNG UND ANMELDUNGEN:

am Mittwoch beim Fitnesstraining



Mittwoch, 10. Dezember 2025

18.00 Uhr

Weihnachtsfeier 2025

für die Teilnehmer/innen unseres Fitnesstrainings

*„Statt am Mittwoch trainieren,
einmal feiern im Fasslboden?“*



Wir wünschen allen unseren Mitgliedern und Freunden der Sektion ein frohes Weihnachtsfest sowie ein gutes neues Jahr 2026!

st. pölten