

Kursprogramm

Herbst 2026 - Sommer 2027



**Sporttherapeutischer
Verein Igls**

Der **Sporttherapeutische Verein Igls – STVI** besteht seit Jänner 1986. Die Zielsetzung des Vereins liegt darin, körperliche Aktivität und die damit verbundene Gesundheit zu fördern.

Der STVI bietet seine Übungsprogramme in der Volksschule Igls/Vill (**VS**), im Aktiv Platzl Igls (**API**), im Physio Zentrum Igls (**PZI**) und im Zentrum für Allgemeinmedizin in Aldrans (**ZAM**) an.

Aus organisatorischen Gründen werden für die Programme in der Volksschule (VS) Semesterkarten vergeben.

Alle weiteren Kurse werden auf eine angemessene Teilnehmerzahl begrenzt und als 10er-Block-Veranstaltungen angeboten.

InstruktorInnen:

- Mag. Christina Prokes (Aquatraining- und WS-Instructor)
Mobil: +43 650 3776210
- Christine Mayr (Pilates-Professional-Instructor)
Mobil: +43 664 2563932
- Barbara Berchtold (Pilates Mastertrainerin)
Mobil: +43 664 4374686
- Gisela Lindström Raich (Pilates-Professional-Instructor)
Mobil: +43 664 5185319
- Maria Belgrano (Pilates-Trainerin)
Mobil: +43 699 10129134
- Bianca Schiltz (Trainerin Yoga und Pilates)
Mobil: +43 650 8300022

Anmeldung: Anmeldung zu den Kursen bitte direkt bei den InstruktorInnen! **Die Kurse finden auf eigene Gefahr und Verantwortung statt.**

Programme

Montag

Ort	Instruktorin	Zeit	Programm	Kosten
ZAM	Bianca	07.30 - 08.20	Pilates & Yoga Early Birds	€ 115,-/10er-Block
ZAM	Bianca	09.30 - 10.20	Osteoporose Training Frauen 70+	€ 115,-/10er-Block
ZAM	Bianca	10.30 - 11.20	Krafttraining Frau und Mann 60+	€ 115,-/10er-Block
VS	Christina/Barbara/Maria	19.00 - 20.15	Ganzheitliches Körpertraining	€ 120,-/Semester

Dienstag

Ort	Instruktorin	Zeit	Programm	Kosten
API	Gisela	07.30 - 08.20	Pilates Early Birds	€ 115,-/10er-Block
API	Christine	09.00 - 10.00	Pilates	€ 120,-/10er-Block
API	Christine	10.00 - 11.00	Pilates Rückenfit Damen 60+	€ 120,-/10er-Block
API	Barbara	19.00 - 20.00	Pilates Basic	€ 120,-/10er-Block

Mittwoch

Ort	Instruktorin	Zeit	Programm	Kosten
API	Barbara	09.00 - 10.00	Pilates	€ 120,-/10er-Block
API	Maria	18.00 - 19.00	Pilates Ladies	€ 120,-/10er-Block
API	Maria	19.00 - 20.00	Pilates Adonis Flow	€ 120,-/10er-Block

Donnerstag

Ort	Instruktorin	Zeit	Programm	Kosten
API	Gisela	07.30 - 08.20	Pilates Early Birds	€ 115,-/10er-Block
API	Gisela	09.00 - 09.50	Pilates f. SeniorInnen	€ 115,-/10er-Block
VS	Christine	18.00 - 19.00	Pilates Wirbelsäule	€ 110,-/Semester
VS	Christina	19.00 - 20.00	Gezieltes WS-Training	€ 110,-/Semester

Freitag

Ort	Instruktorin	Zeit	Programm	Kosten
PZI	Barbara/Judith	14.00 - 14.50	Aqua-Fitness	€ 130,-/10er-Block
PZI	Barbara/Judith	15.00 - 15.50	Aqua-Fitness	€ 130,-/10er-Block

VS (Volksschule Igls/Vill); **API** (Aktiv Platzl Igls); **PZI** (Physio Zentrum Igls); **ZAM** (Zentrum für Allgemeinmedizin);

STVI, A-6080 Innsbruck-Igls, Heiligwasserwiese 8, T +43 512 378510, mail@pzi-burtscher.at, pzi-burtscher.at
Bankverbindung: BTV Vier Länder Bank AG, IBAN: AT97 1600 0001 1130 0380