

Move your **BODY**
Meet your **SOUL**

Spaß für die ganze Familie an Land und im Wasser



YELLOW

ORANGE

BLUE

Egal ob man der Powertyp ist, der sich im Sport voll verausgaben und seine Grenzen ausloten will oder eher der Bewegungsmensch ist, welcher sanft und konzentriert an seinem Körper arbeiten möchte – **YOB** bietet ein vielfältiges Kursangebot für alle, die ihrem Körper und der Seele Gutes tun möchten.

So finden Sie zu uns



YOB Zentrumsleitung

Astrid Kozmuth

- » Organisation und Terminplanung
- » Vermietung Y.O.B Bewegungszentrum mit Seminarmöglichkeit
- » Vermietung TauchTurm und Hallenbad IndoorDivecenter Seiersberg

Bürozeiten:

Montag bis Freitag
von 9.00 bis 13.00 Uhr

Informationen & Terminvereinbarung bitte ausschließlich per E-Mail an:

office@yellow-orange-blue.at
office@indoor-divecenter.at

Der Eingang zu YELLOW-ORANGE befindet sich hinter dem Hauptgebäude im roten Haus. Premstätterstraße 3b, 8054 Seiersberg

Der Eingang zum HALLENBAD IndoorDivecenter und TAUCHTURM befindet sich im 2. Stock im Hauptgebäude. Im Hof hinter dem Hauptgebäude befindet sich ein Lift bis in den 2. Stock! Premstätterstraße 1, 8054 Seiersberg



Unser Y.O.B Bewegungszentrum befindet sich direkt an der Endhaltestelle der GVB. Für unsere Gäste sind ausreichend Parkplätze vorhanden!

Fotos: YOB Bewegungszentrum, shutterstock, pixabay

Y.O.B. Bewegungszentrum
SEIERSBERG

www.yob-bewegung.at

office@yellow-orange-blue.at



www.indoor-divecenter.at

office@indoor-divecenter.at



DAS BEWEGUNGS ZENTRUM

IN SEIERSBERG

Y.O.B. Bewegungszentrum
SEIERSBERG



YELLOW ORANGE

steht für Trainingseinheiten an Land wie Yoga, Pilates und vieles mehr.

Der 50 m² große **Bewegungsraum** vermittelt durch warme und angenehme Farben eine harmonische und einladende Atmosphäre um über Pilates und YOGA Kurse Kraft und Energie für die Anforderungen des Alltags zu tanken. Wie wichtig aber auch Achtsamkeit und bewusste Bewegung für ein gesundes Leben ist vermittelt unter anderem die Feldenkreis Methode, welche ebenfalls angeboten wird.

Alle Infos zu den YOB Kursen sowie der Raumvermietung findet ihr unter:

www.yob-bewegung.at
www.indoor-divecenter.at

BLUE

steht für Bewegung im Wasser für Jung und Alt.

Das Hallenbad „IndoorDivecenter“ des YOB Bewegungszentrums bietet vielfältige Sportmöglichkeiten wie Aqua Fit&Fun Kurse, Baby- und Kinderschwimmen, Schulschwimmen, sowie Weiterbildungen für Aquatrainer und Schwimmlehrer an.

Als besonders innovativ gilt der **TauchTurm Seiersberg** mit 11 Metern Tiefe. Dieser bildet in Kombination mit dem im dritten Stock gelegene Hallenbad das größte IndoorDiveCenter in Österreich. Hier finden Gerätetaucher wie Apnoisten ganzjährig und wetterunabhängig optimale Bedingungen für die Ausübung und Perfektionierung ihres Hobbys. Ebenso bietet die Tauchschiule des **TauchTurm Seiersberg** Beginner- bzw. Spezialkurse bis hin zum Tauchlehrer in der IndoorDiveCenterAnlage an.



YOGA-KURSE

DI Yoga mit Simone ☎ 16.30-17.45

Astrid Kozmuth, Zentrumsleitung
office@yellow-orange-blue.at, 0316 / 24 15 15-21

MI Yoga trifft Pilates ☎ 18-19 & 19-20

Romana Löcker
romana.loecker@gmx.at, 0650 / 95 36 086

AQUA-FITNESS KURSE

MO Aqua Fit & Fun ☎ 16.30-17.30

Spaß an der Bewegung im Flach- & Tiefwasser
Astrid Kozmuth, Zentrumsleitung
office@indoor-divecenter.at, 0316 / 24 15 15-21

MI Aqua Fit & Fun ☎ 16-17

Spaß an der Bewegung im Flach- & Tiefwasser
Astrid Kozmuth, Zentrumsleitung
office@indoor-divecenter.at, 0316 / 24 15 15-21

MI Aqua Body Shaping ☎ 19-20

Kraft- und Ausdauertraining
Astrid Kozmuth, Zentrumsleitung
office@indoor-divecenter.at, 0316 / 24 15 15-21

DO Aqua Rückenfit ☎ 17-18

Spaß an der Bewegung im Flach- & Tiefwasser
Barbara Lechner
office@profit4u.at, 0664 451 4006

DO AquaFit für Junggebliebene ☎ 8-9 & 9-10

Kraft und Koordination für Senioren
Astrid Kozmuth, Zentrumsleitung
office@indoor-divecenter.at, 0316 / 24 15 15-21

HALLENBAD HIGHLIGHTS & SPECIALS Preisankunft auf Anfrage!

DI - FR Schwimmen am Morgen ☎ 7-8

Wochenende APNOE Kurse mit Christian Redl

Event Kindergeburtstage im Hallenbad

PILATES-KURSE

MO Pilates am Vormittag ☎ 8-9 & 11-12

Romana Löcker
romana.loecker@gmx.at, 0650 / 95 36 086

MO & DO Pilates ☎ 18-19 & 19-20

Romana Löcker
romana.loecker@gmx.at, 0650 / 95 36 086

DI Pilates ☎ 19-20

Astrid Kozmuth, Zentrumsleitung
office@yellow-orange-blue.at, 0316 / 24 15 15-21

DI & MI Pilates zum Glücklich sein ☎ 19-20 & 8-9

Svetlana Klemmler
svetlja4ok@yahoo.com, 0664 / 91 22 634

BABY-/KINDERSCHWIMMEN

DO Baby- & Anfängerschwimmen ☎ 11-13

☎ Zeiten variabel

Schwimmschule Stefansky
manuga@gmx.at, 0664 / 1256888

MO & DI Kinderschwimmen von Klein bis Groß!

Anfänger- & Intensivschwimmen 4-8 J. ☎ Zeiten variabel
Mag. Wolfgang Göschl
office@primaersport.at, 0676 / 53 90 242

MO & DI Wassersport für die Kleinsten!

Babys ab 3 Monate bis zu 1 Jahr ☎ Zeiten variabel
Petra Dunst
babyschwimmen@gmx.at, 0676 / 73 73 281



Raumvermietung

Sie sind selbst Trainer, Seminarleiter oder möchten ein individuelles Trainingsprogramm zusammenstellen? Mieten Sie den YOB Bewegungsraum!

Der **50 m²** große Bewegungsraum vermittelt durch warme und angenehme Farben eine harmonische und einladende Atmosphäre. Garderoben, Duschen, Pilatesmatten, Pilatesbälle, Hanteln sowie **Bestuhlung für bis zu 30 Personen** sind vorhanden.

Raummiete

Miete pro Stunde EUR **15,-** inkl. UST

Tagespauschale EUR **90,-** inkl. UST

Halbtagespauschale EUR **50,-** inkl. UST

Freies Apnoe & Gerätetraining



Übung macht den Meister!

Das gilt auch für den Tauch- bzw. Apnoesport, daher ist das **Hallenbad** und der **TauchTurm** im Rahmen eines **Jahrestrainings** zu festgelegten Zeiten für **Freitauch- und Konditionstraining** sowie für Übungen mit Tauchequipment **reserviert**. Zusätzlich bekommen **Jahresmitglieder** auf jeden Einkauf im **Shop Tauchturm Seiersberg -15% Rabatt** auf jeden Einkauf (ausgenommen Kurse und Angebote)

Jahresbeitrag

Immer von **1.12. des Jahres bis 30.11. des Folgejahres**
EUR **120,-** Erwachsene / EUR **55,-** Jugendliche (12-16 Jahre)

Quereinsteiger

Gültig **2 Monate vor Ende des Clubjahres (1.9. - 30.11.)**
EUR **50,-** Erwachsene / EUR **30,-** Jugendliche (12-16 Jahre)

Raumvermietung

Der Tauchturm

Gesamthöhe: 14 m / ø 5 m
Wassertiefe: 11 m
Kapazität: max. 8 Gerätetaucher oder 15 Apnoisten

Das Hallenbad

Größe: 17 x 5 m,
Wassertiefe: von 95 cm - 1,70 m
Kapazität: max. 24 Personen

Preise pro Stunde

TauchTurm EUR **52,-** inkl. UST

Hallenbad EUR **52,-** inkl. UST

TT & Bad EUR **85,-** inkl. UST