



Informationen

Weißkirchen, 05.09.2025 - A-2025-1038-00003

Liebe Gemeindebürgerinnen / Liebe Gemeindebürger!

Nachstehend für Sie einige wichtige Informationen:

✓ STARKE KINDER & ELTERN BRAUCHT DAS LAND!

TERMIN/ORT: DIENSTAG, 23.09.2025, um 19.00 Uhr, Saal, Marktgemeinde Weißkirchen
VORTRAGENDE: Mag. Janine Köck (Psychologin/Sozialpädagogin/Selbstliebe Trainerin) >>> janinekoeck.at
INHALT: Wie Eltern mit kleinen Tipps & Tricks mehr Familienfrieden, Leichtigkeit und Verständnis erschaffen können – für ihre Kinder und für sich selbst!

Eintritt frei!

✓ COMPUTERKURSE „SCHWERPUNKT INTERNET“ mit Erich Hinterreiter

In kleinen Gruppen bis max. 10 Personen. Detailinformationen und Anmelde-möglichkeiten im Rahmen eines INFOABENDS, DIENSTAG, 16.09.2025, 18.30 Uhr, Computerraum, Mittelschule Weißkirchen.
➤ Kontakt/Infos/Kursleiter: Erich Hinterreiter: 0676 40 30 335.

✓ GESUNDHEITSVORTRAG von Pure Strahlkraft Drogerie & Reform - Lisa Steinwider

THEMA: VORSORGE ist FÜRSORGE

NANA`s ABEND für die Gesundheit

DONNERSTAG, 02.10.2025, 19.00 Uhr, Saal Marktgemeinde Weißkirchen

VORTRAGENDE: Susanne Bernegger-Flintsch (Spitzname: nana)
Heilpraktikerin, Fastentrainerin und Buchautorin



INHALT: Gesundheit beginnt mit Vorsorge und Fürsorge.
Nana gibt uns einfache, ganzheitliche Impulse und Tipps für ein gutes Körpergefühl.
Damit wir gemeinsam gesund älter werden.

Gerne auch Fragen mitbringen – es gibt Raum für Austausch!

Ich freue mich viele Teilnehmer beim Vortrag begrüßen zu dürfen!
Lisa Steinwider - PURE STRAHLKRAFT Drogerie & Reform, Weißkirchen

Eintritt frei!

✓ SDB „SCHMERZFREI durch BEWEGUNG“ - Liebscher & Bracht mit Erich Kropf

TERMIN: FREITAGS, ab 12.09.2025, 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr, September 2025 bis Mai 2026
ORT: Turnsaal VS Weißkirchen

MITZUBRINGEN: Sportkleidung, Getränk, Handtuch, Faszien-Rollen, wenn vorhanden, Hallenschuhe,
KOSTEN: 15 € je Einheit oder 10er Block um 145 € (gültig bis Ende 2027)

INHALT: **Dein Plus durch das Training:** ✨ Schmerzfrei werden & beweglich bleiben,
‡ Energie tanken & besser schlafen, ✨ Verspannungen lösen & Stress abbauen,
‡ Übungen für jedes Alter & Fitnesslevel, ✨ Motivation & Spaß in der Gruppe
‡ Jede Einheit in sich abgeschlossen – Einstieg jederzeit möglich!

ANMELDUNG: bitte telefonisch, WhatsApp unter 0664/1340124 / E-Mail: office@wohlfuehlcentermurtal.at

✓ QI GONG mit Helmut Hirtler

KURSZEIT: MITTWOCH, ab 10.09.2025, von 19.00 bis 21.00 Uhr
KURSORT: Turnsaal Volksschule Weißkirchen

ANMELDUNG: keine Anmeldung erforderlich, teilnehmen und hineinschnuppern
KURSKOSTEN: die Kurskosten und die Kursdauer werden vor Ort bekanntgegeben!

INFORMATIONEN: Kursleiter Helmut Hirtler, Tel.: 0676 / 77 51 453



Nachstehend wichtige Informationen zu den einzelnen Kursen des **TURNVEREINES Weißkirchen!**

✓ **SPIEL – SPASS – SPORT für Mädchen und Buben mit und ohne Geräte**

(max. 25 Teilnehmer/Gruppe)! **KOSTEN: € 70 pro Kind für das Turnjahr 2025/26 inkl. Turn T-Shirt**

- **GERÄTETURNEN 1:** ☞ **jeden MONTAG: ab 15.09.2025 / Kinder: 8 - 10 Jahre / 16.00 – 17.30 Uhr**
Übungsleiter: Sebastian Seeböck, Anmeldung WhatsApp 0680/2090180
 - **GERÄTETURNEN 2:** ☞ **jeden MONTAG: ab 15.09.2025 / Kinder ab 10 Jahre / 17.30 – 19.00 Uhr**
Übungsleiter: Sebastian Seeböck, Anmeldung WhatsApp 0680/2090180
 - **TURNZWERGE:** ☞ **jeden DIENSTAG: ab 16.09.2025 / Kinder: 4 - 5 Jahre / 16.30 – 17.30 Uhr**
Übungsleiterinnen: Heike Fussi, Simone Doler, Anmeldung WhatsApp 06644119002
 - **TURNTIGER:** ☞ **jeden DIENSTAG: ab 16.09.2025 / Kinder: 6 - 7 Jahre / 17.30 – 18.30 Uhr**
Übungsleiterinnen: Heike Fussi, Simone Doler, Anmeldung WhatsApp 06644119002
 - **POWER KIDS:** ☞ **jeden DONNERSTAG: ab 18.09.2025 / Kinder: 6 - 8 Jahre / 17.00 – 18.30 Uhr**
Übungsleiterin: Karin Fellner, Anmeldung WhatsApp 0664/3805543
- KURSORT: alle Turnriegen im **Turnsaal der Mittelschule Weißkirchen**

- **ACTIVE KIDS:** ☞ **jeden DONNERSTAG: ab 18.09.2025 / Kinder: ab 10 Jahre / 17.00 – 18.30 Uhr**
Übungsleiterin: Sebastian Seeböck, Anmeldung WhatsApp 0680/2090180
- KURSORT: **Lindfeldhalle Judenburg, Lindfeldgasse 5, 8750 Judenburg**

✓ **ERWACHSENEN-Turngruppen - Fit und g'sund für jedes Alter**

- **FRAUEN FIT UND GESUND:** ☞ **jeden DIENSTAG: ab 16.09.2025 / 18.30 – 20.00 Uhr**
Übungsleiterin: Rosa Gavanelli, Anmeldung WhatsApp: 0676/9490381
 - **DAMEN FIT IM ALTER:** ☞ **jeden DONNERSTAG: ab 18.09.2025 / 15.30 – 17.00 Uhr**
Übungsleiterin: Rosemarie Zehenthofer, Anmeldung: 0664/73675840
- KURSORT: **jeweils im Turnsaal der Mittelschule Weißkirchen**
- **GESUNDHEITSRIEGE:** ☞ **jeden DONNERSTAG: ab 18.09.2025 / 18.00 – 19.30 Uhr**
Übungsleiterin: Ingrid Kainbacher, Anmeldung WhatsApp: 0664/3934308
- KURSORT: **Turnsaal der Volksschule Weißkirchen**
- **NORDIC WALKING:** ☞ **jeden MONTAG: ab 15.09.2025 / 17.00 – 18.00 Uhr**
Übungsleiterin: Rosa Gavanelli, Anmeldung WhatsApp: 0676/9490381
- Treffpunkt: **Turnsaal der Mittelschule Weißkirchen**
KOSTEN: **jeweils € 50,- pro Person für das Turnjahr 2025/26**
- **ERWACHSENENRIEGE:** **Geräteturnen, Spielen, Workout & vor allem Spaß an der Bewegung**
☞ **jeden DONNERSTAG: ab 18.09.2025 / 18.30 – 20.00 Uhr**
Übungsleiter: Sebastian Seeböck, Anmeldung WhatsApp 0680/2090180
- KURSORT: **Lindfeldhalle Judenburg, Lindfeldgasse 5, 8750 Judenburg**

✓ **ELTERN – KIND – TURNEN mit Rosa Gavanelli**

TRARA, TRARA, JETZT SIND WIR DA,... Wir beginnen wieder! Eltern oder Großeltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren sind herzlich eingeladen gemeinsam zu spielen, tanzen, singen und turnen.

- KURSZEIT:** ☞ **DIENSTAG, ab 16.09.2025, Beginn 15:00 Uhr, Turnsaal Mittelschule Weißkirchen**
☞ **MITTWOCH, ab 17.09.2025, Beginn 15:30 Uhr, Turnsaal Mittelschule Weißkirchen**
jeweils 9 Turneinheiten zu 1 ¼ Stunden
*Sollte sich die geplante Beginn Zeit ändern, werden Sie telefonisch verständigt!

ANMELDUNG: ☞ **DIREKT bei Kursleiterin Rosa Gavanelli per WhatsApp: 0676/9490381 bis 15.09.2025.**
Der Beitrag von 65 € je Familie für Gemeindeglieder, ist bei der ersten Übungseinheit zu leisten. Anmeldungen ab sofort möglich!

✓ **BEACHVOLLEYBALL4YOU - UVW Weißkirchen**

Es geht wieder los wir starten in die Hallensaison!

Bei uns stehen **Spaß, Bewegung, Teamgeist und gute Laune** im Mittelpunkt. Egal, ob du schon lange nicht mehr gespielt hast oder regelmäßig am Ball bist – komm vorbei und probiere es einfach aus.

☞ Teilnahme für alle ab **17 Jahren**.

☞ Wir stellen **3 Mixed-Mannschaften** in der steirischen Volleyball Mixed Liga.

☞ Neu: Zusätzlich startet heuer ein **Herren-Team** - Gebietsliga des steirischen Volleyballverbandes.

Detailinformationen: >>> Obmann Erich Kropf, Tel.: 0664 13 40 124

✓ UVW Volleyball Weißkirchen - Beginn der Hallensaison

Volleyball4you DIENSTAG, ab 09.09.2025, 20.00 - 22.00 Uhr
Volleyball4kids von 10-16 Jahren: FREITAG, ab 12.09.2025, 16.00 - 17.45 Uhr
Volleyball4men: DONNERSTAG, ab 11.09.2025, 20.00 - 22.00 Uhr
ORT: für alle Kurse - Turnsaal Mittelschule Weißkirchen
INFORMATIONEN: Obm. Erich Kropf, Tel.: 0664 134 0 124 bzw. kropf.erich@icloud.com

Nachstehend wichtige Informationen zu Herbstkursen mit **Physiotherapeutin Michaela Kaltenegger!**

✓ BECKENBODEN - Rückbildung & Bauch-Bein-Rücken

KURSZEIT 1: DIENSTAG, ab 16.09. / 23.09. / 30.09. / 16.00 - 17.00 Uhr
KURSZEIT 2: DIENSTAG, ab 07.10. / 14.10. / 21.10. / 16.00 - 17.00 Uhr
KURSORT: Turnsaal Volksschule Weißkirchen
KURSIHALT: ☺ Beckenbodentraining nach Schwangerschaft / Geburt
☺ Passendes Bauchmuskeltraining / flacher Bauch ☺ Körperhaltung verbessern
☺ Nackenübungen / plus Mentaltraining + Gemeinschaft („...nimm die Freundin mit☺“)
KURSKOSTEN: 3 Einheiten 30 € / mindestens 10 Damen
MOTTO: „Wenn es der Mama gut geht, geht es der Familie gut“
Für alle jungen Mütter - ab 3 Monate nach der Geburt (bis Volksschulalter)
Es ist nie zu spät ;-) aber: *man kann nicht früh genug beginnen!*

✓ Restplätze für: Rückenschule by mi☆☆ DIENSTAGS 18.15 – 19.15 Uhr (nur RS Fortsetzer)

✓ BECKENBODEN – Lebensboden Starke MITTE - Entspannung & Autogenes Training

KURSZEIT: DIENSTAG, ab 23.09.2025, von 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr
TERMINE: 30.09. / 07.10. / 14.10. / 21.10. (Fortsetzung möglich)
KURSORT: Turnsaal Volksschule Weißkirchen
Kursinhalt: ☺ Beckenbodentraining um Beschwerden entgegenzuwirken ☺ Energieübungen
☺ Inklusive dem Grundprogramm michi bewegt für Lendenwirbelsäule und Nacken
☺ Autogenes Training und (Atem)techniken
KURSKOSTEN: für 5 Einheiten 50 € / mind. 10 Damen

✓ BECKENBODEN – Lebensboden Take the Chance (Wechselthema) & Entspannungstechniken

KURSZEIT: DIENSTAG, ab 28.10.2025, 19.30 Uhr - 20.30 Uhr
TERMINE: 04.11. / 11.11. / 18.11. / 25.11.
KURSORT: Turnsaal Volksschule Weißkirchen
Kursinhalt: ☺ Beckenbodentraining speziell für Frauen ab dem Wechsel (ab dem 40. Lebensjahr)
☺ Energieübungen und Krafttraining („michis - Powerflow“)
☺ Inklusive dem Grundprogramm michi bewegt für Lendenwirbelsäule und Nacken
☺ Verschiedene (Atem)Entspannungstechniken
KURSKOSTEN: für 5 Einheiten 50 € / mind. 10 Damen

ANMELDUNGEN:

- **Physiotherapeutin Michaela Kaltenegger / SMS an: 0664/73882298 / www.physiotherapie-kaltenegger.at**
Individuelle Anpassung der Übungen, Kontrolle sowie Tipps durch eure Michaela Kaltenegger!

michi bewegt



✓ MGV Weißkirchen - Komm sing mit - Probenbeginn

Hast du Lust am Singen – weißt aber nicht ob das Singen in einem Männerchor für dich das Richtige ist?
Dann schau und höre es dir einfach unverbindlich an.

- ☞ Wir proben jeweils am **Dienstag (ausgenommen Schulferien) von 19.30 – 21.00 Uhr**,
☞ in unserem **Probenlokal im GH Eibensteiner, Stubalpenstraße 3**.
☞ **Infos: Obmann Harald Rössler, 0676 846 933 310 oder Chorleiter Herby Bojer, 0664 25 10 291 bzw.**
☞ **www.mgvweisskirchen.at**

Wir würden uns über deinen Besuch freuen!

TERMINE:

- 10.09.2025**, 15-19 Uhr **Blutspenden**, Mittelschule Weißkirchen
- 12.09.2025**, 09-10 Uhr **Sprechstunde für pflegende Angehörige**, Saal Marktgemeinde Weißkirchen
19.00 Uhr **Jagd-Infoabend** vom Lagerhaus Weißkirchen, Dorfsaal Eppenstein
- 13.09.2025**, 19.00 Uhr **Wallfahrt zum 13.**, Wallfahrtskirche Maria Buch
- 14.09.2025**, 08.45 Uhr **Wortgottesfeier**, Wallfahrtskirche Maria Buch
10.15 Uhr **Wortgottesfeier**, Pfarrkirche Weißkirchen
- 15.09.2025**, 15.00 Uhr **Eltern-Kind-Treff**, Pfarrsaal Weißkirchen
- 19.09.2025**, 09-11 Uhr **Regionale Elternberatung**, Saal, Marktgemeinde
- 19.09.2025**, 18.00 Uhr **LEMO Konzert**, Sportplatz, FC Raiffeisen Weißkirchen
- 20.09.2025**, 14.00 Uhr **Heimspiel: FC Raiffeisen Weißkirchen – SV Hinterberg**, Sportplatz Weißkirchen
18.00 Uhr **OKTOBERFEST Weißkirchen**, Sportplatz FC Raiffeisen Weißkirchen
- 21.09.2025**, 08.45 Uhr **Hl. Messe**, Wallfahrtskirche Maria Buch
10.15 Uhr **Hl. Messe**, Pfarrkirche Weißkirchen
- 26.09.2025**, 09-10 Uhr **Sprechstunde für pflegende Angehörige**, Saal Marktgemeinde Weißkirchen
18.00 Uhr **ZAPF 'N' ROLL**, Sportplatz FC Raiffeisen Weißkirchen
- 27.09.2025**, 14.00 Uhr **Heimspiel: FC Raiffeisen Weißkirchen – TSV Neumarkt**, Sportplatz Weißkirchen
18.00 Uhr **ZAPF the BEAT**, Sportplatz FC Raiffeisen Weißkirchen
- 28.09.2025**, 08.45 Uhr **Erntedankfest**, Wallfahrtskirche Maria Buch
09.00 Uhr **Moarschaftschießen – Asphaltbahn Sportverein Kathal**
Anmeldung bei Peter Pollhammer: 0650 39 06 288
10.15 Uhr **Erntedankfest**, Pfarrkirche Weißkirchen
- 04.10.2025**, 12.00 Uhr **Zivilschutz - Probealarm – Große Sirenenprobe in ganz Österreich**
13.00 Uhr **1. EPPENSTEINER BURGSTURM - ERNTEDEANK & VOLKSKULTUR**, Burgruine Eppenstein
15:00 Uhr **Einweihung der neuen Zugangsstiege**
Sturm, Maroni & mehr... Regionale Knabbereien
Eintritt: Freiwillige Spende – gegen Erhalt eines original EPPENSTEINER TRINKKRUGS
- 05.10.2025**, 08.45 Uhr **Hl. Messe**, Wallfahrtskirche Maria Buch
08.45 Uhr **Hl. Messe**, Pfarrkirche Kleinfestritz
10.15 Uhr **Wortgottesfeier**, Pfarrkirche Weißkirchen
- 10.10.2025**, 09-10 Uhr **Sprechstunde für pflegende Angehörige**, Saal Marktgemeinde
- 11.10.2025**, 13.00 Uhr **Heimspiel: FC Raiffeisen Weißkirchen – SVU Murau**, Sportplatz Weißkirchen
19.30 Uhr **45 JAHRE – JUBILÄUMSKONZERT - WEIßKIRCHNER F-EINKLANG**, Panthersaal
Mitwirkende: Weißkirchner Feinklang, elementisch-steirisch, MGV Maria Saal
Karten erhältlich bei den Sängerinnen und im Cafellisch:
Vorverkauf: € 12 / Abendkasse: 15 € / Jugendliche: bis 18 Jahre: € 7
- 12.10.2025**, 08.45 Uhr **Wortgottesfeier**, Wallfahrtskirche Maria Buch
10.15 Uhr **Hl. Messe**, Pfarrkirche Weißkirchen
- 13.10.2025**, 15.00 Uhr **Eltern-Kind-Treff**, Pfarrsaal Weißkirchen
19.00 Uhr **Wallfahrt zum 13.**, Wallfahrtskirche Maria Buch
- 17.10.2025**, 09-11 Uhr **Regionale Elternberatung**, Saal, Marktgemeinde
- 19.10.2025**, 08.45 Uhr **Hl. Messe**, Ehejubiläum, Wallfahrtskirche Maria Buch
09.30 Uhr **Wortgottesfeier**, Familiengottesdienst, Pfarrkirche Weißkirchen
10.15 Uhr **Hl. Messe**, Pfarrkirche Weißkirchen
- 21.10.2025**, 17.00 Uhr **POLIZEIVORTRAG: „GEMEINSAM.SICHER in den besten Jahren“**, Saal Marktgemeinde
- 24.10.2025**, 09-10 Uhr **Sprechstunde für pflegende Angehörige**, Saal Marktgemeinde Weißkirchen
- 25.10.2025**, 12.00 Uhr **Heimspiel: FC Raiffeisen Weißkirchen – FC Proleb**, Sportplatz Weißkirchen
- 26.10.2025**, 08.45 Uhr **Hl. Messe**, Wallfahrtskirche Maria Buch
10.15 Uhr **Hl. Messe**, Pfarrkirche Weißkirchen
- 31.10.2025**, **Weltspartag**, Raiffeisenbank Zirbenland, Bankstelle Weißkirchen
08.00 – 12.00 Uhr und 14.30 – 16.30 Uhr
- 08.11.2025**, 08-16 Uhr **ERSTE HILFE - Kindernotfallkurs**, Saal Marktgemeinde / max. 15 Teilnehmer
Kosten: 65 € pro Teilnehmer / 50 € für Gemeindebürger
- 15.11.2025**, 14-18 Uhr **ERSTE HILFE - Auffrischkurs**, Saal Marktgemeinde / max. 20 Teilnehmer
Kosten: 25 € pro Teilnehmer / 20 € für Gemeindebürger
Anmeldung: direkt unter >>> www.weisskirchen-steiermark.gv.at/shoplist/

Euer Bürgermeister

