

FIT ÜBER DEN SOMMER MIT AQUAPOWERS Freibad Küttigen

- Herz-Kreislauf-Training
- Gelenkschonendes Ganzkörpertraining
- Wohlbefinden (psychisches und körperliches)
- Stärkung und Kräftigung der Muskeln ohne Muskelkater
 - Abwechslungsreiches Training
 - Gruppenerlebnis
- Jede kann mitmachen, die Leistungsunterschiede spielen keine Rolle

Wann:

vom 6. Juni bis zum 29. August 2024

Jeden Donnerstag 9.15 – 10.15

Kosten: 13-er Abos à CHF 180.00 (exkl. Badeintritt)

Einzelstunde à CHF 20.00 nur auf Voranmeldung

Material: Wird zur Verfügung gestellt

Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen!

Sommerekurs im Freibad Schöffland: 1. Mai – Mitte September

Montag, Freitag, Samstag 9.15 – 10.15

Mehr Informationen und Anmeldungen:

Carina Ferrari

www.aquapower-sch.ch

kontakt@aquapower-sch.ch

