

Wassergymnastik - Wasserfitness

Mit Alice Föhn Wasserfitness-Instruktorin
Tel-Nr. 055 412 12 83 / alice.foehn@bluewin.ch



Im Hallenbad Minster UY Freitag 13.15 – 14.00 Uhr

Kursdaten ab September 2020

10 Lektionen Fr. 220.-- (inkl. Eintritt),
Mit Jahres-Abo. Fr. 160.-- / 10er Abo Fr. 260.--

11. Sept. 2020	(30.10. fällt aus)
18. Sept.	6. Nov.
(25.9. Ferien)	13. Nov.
(2.10. Ferien)	20. Nov.
9. Okt.	27. Nov.
16. Okt.	4. Dez.
23. Okt	Weihnachtsferien

Vor- oder Nachholmöglichkeiten:

Im Hallenbad UY Daten unter: www.hallenbad-ybrig.ch / Partner
Montag um 15.15 Uhr
Dienstagabend um 19.30 Uhr mit Désirée

Im Hallenbad Rothenthurm

Donnerstag 18.00 / 19.00 Uhr

Das Kurs-Angebot beinhaltet:

Beweglichkeit und Kraft wird optimal trainiert. Starke Muskeln schonen die Gelenke und sorgen für eine aufrechte Körperhaltung und einen schmerzfreien Rücken.

In diesem Kurs gibt es keine Partner-Übungen. Alle Übungen werden an Ort ausgeführt. Damit immer ein Sicherheits-Abstand gewährleistet ist. Trotzdem soll es ein spannendes und effizientes Training werden.

Konto: Raiffeisenbank Einsiedeln, IBAN CH58 8080 8007 8521 2713 8 neu
Alice Föhn, Kronenstrasse 18, 8840 Einsiedeln