

20 Jahre Wasserfitness mit Alice Föhn

Wasserfitness-Instruktorin
Tel-Nr. 055 412 12 83



Im Hallenbad Minster UY Montag 15.15 – 16.00 Uhr

Kursdaten ab Januar 2018

10 Lektionen Fr. 200.--(inkl. Eintritt),
Mit Jahres-Abo. Fr. 140.-- / 10er Abo Fr. 250.--

8. Januar 2018	19. Februar
15. Januar	26. Februar
22. Januar	5. März
29. Januar	12. März
5. Februar	(19.3. Josefstag)
(12.2. Fasnacht/Ferien)	26. März

Vor- oder Nachholmöglichkeiten:

Im Hallenbad UY, Daten unter: www.hallenbad-ybrig.ch / Partner
Freitag um 13.15 Uhr
Dienstag um 19.30 Uhr mit Désirée

Im Hallenbad Rothenthurm

Donnerstag 18.00 / 19.00 Uhr

Das Kurs-Angebot beinhaltet:

- Ausdauer, Koordination und Reaktionsvermögen werden trainiert und verbessert.
- Beweglichkeit und Kraft wird optimal trainiert. Starke Muskeln schonen die Gelenke und sorgen für eine aufrechte Körperhaltung und einen schmerzfreien Rücken.

Konto: Raiffeisenbank Einsiedeln, IBAN CH07 8136 1000 0323 2279 8
Alice Föhn, Kronenstrasse 18, 8840 Einsiedeln