

## Aqua-Gymnastik-Kurs

Aquagymnastik ist ein ganzheitliches und gelenkschonendes Training im BRUSTTIEFEN Wasser (ohne Weste). Es ist auch für Nichtschwimmer geeignet. Verschiedene Hilfsmittel gestalten das Training abwechslungsreich.

Beginn: 17. August - 16. Dezember  
Anzahl: 15 X  
Preis: CHF 300.00  
Kurs: Dienstag: 08.45 – 09.30 Uhr  
Kein Kurs: 25. 9. – 17. 10. (Herbstferien)

## Aquafitkurse

Beginn: 17. August . 16. Dezember  
Anzahl: 15 X  
Preise: CHF 300.00 (mit eigener Weste)  
CHF 330.00 (Westenmiete)  
Kurse: Dienstag: 10.00 - 10.50/ 11.00 – 11.50 Uhr  
Mittwoch: 10.00 - 10.50/ 11.00 – 11.50 Uhr  
Donnerstag: 10.00 - 10.50/ 11.00 – 11.50 Uhr  
Kein Kurs: 25. 9. – 17. 10. (Herbstferien)

## Fitnessschwimmen

Beginn: 19. August - 16. Dezember  
Anzahl: 15 X  
Preis: CHF 330.00  
Kurs: Donnerstag: 14.30 – 15.15 Uhr  
Donnerstag: 15.30 – 16.15 Uhr  
Kein Kurs: 25. 9. – 17. 10. (Herbstferien)

Der Hallenbadeintritt ist **nicht** inbegriffen

**GO WELL**  
Fit fürs Leben