

NEUE ANGEBOTE

- Jumping mit Eliane Steiner Mittwoch 20.00 Uhr

HINWEISE

- Der Hallenbadeintritt ist im Kurspreis **nicht** enthalten und bei jeder Teilnahme zu bezahlen.
- Das Kursgeld ist während den ersten beiden Kurswochen an der Hallenbadkasse zu bezahlen.
- Abmeldungen sind bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich. Ansonsten wird ein Unkostenbeitrag von CHF 50.00 erhoben.
- Die Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer.

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

 HallenbadBurgdorf

Hallen
Bad BURG DORF
SPORT & WELLNESS

Hallen
Bad BURG DORF

SPORT & WELLNESS



KURSPROGRAMM GROUPFITNESS

3. Quartal 2021, 16. August bis 29. Oktober 2021

GROUPFITNESS

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
320 Fit und Fun (55 Min)	Mo	16.08.21	11x	18.30	C.Wyler-Blatter	121.00
323 Fit und Fun (55 Min)	Do	19.08.21	11x	18.15	Marianne Aebi	121.00
325a Bodyforming (55 Min)	Di	17.08.21	11x	08.30	Marina Utiger	121.00
325b Bodyforming (55 Min)	Fr	20.08.21	11x	08.30	Kym Marti	121.00
328a Bauch, Beine, Po (55 Min)	Do	19.08.21	11x	19.30	Kathrin Dysli	121.00
330 Stabil mobil (55 Min)	Do	19.08.21	11x	08.15	Barbara Tabone	121.00
331 Männnergymnastik (55 Min)	Mo	16.08.21	11x	17.30	Kathrin Dysli	121.00
332 Lady Fit (55 Min)	Mi	18.08.21	11x	09.15	Kathrin Dysli	121.00
333 Rückenfit (55 Min)	Mi	18.08.21	11x	10.15	Kathrin Dysli	121.00
336 Senioren-Fit (90 Min)	Fr	20.08.21	11x	09.30	Barbara Tabone	143.00

POWER KURSE

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
324 Step Aerobic (55 Min)	Mi	18.08.21	11x	19.00	Gabi Herrmann	121.00
341 Jumping (45 Min)	Mi	18.08.21	11x	20.00	Eliane Steiner	121.00
352a Power Intervall Mix (55 Min)	Di	17.08.21	11x	19.15	Sandra Stettler	121.00
352b Power Intervall Mix (55Min)	Di	17.08.21	11x	20.20	Sandra Stettler	121.00

TRX

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
337a TRX (45 Min)	Di	17.08.21	11x	12.15	Jeremy Pearce	121.00
337b TRX (55 Min)	Mi	18.08.21	11x	18.00	Giancarlo Trio	143.00
337c TRX (45 Min)	Do	19.08.21	11x	12.15	Jeremy Pearce	121.00

PILATES & YOGA

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
329a Pilates (55 Min)	Mo	16.08.21	11x	19.30	Gabi Herrmann	132.00
329b Pilates (55 Min)	Do	19.08.21	11x	09.15	Barbara Tabone	132.00
329c Pilates (55 Min)	Do	19.08.21	11x	10.15	Barbara Tabone	132.00
329d Pilates (55 Min)	Fr	20.08.21	11x	16.30	Barbara Tabone	132.00
334a Hatha Yoga (75 Min)	Di	17.08.21	11x	17.45	A.L. Burkhalter	143.00
334b Power Yoga (55 Min)	Fr	20.08.21	11x	17.30	Bobesh Dhuri	132.00

BEWEGTE SCHWANGERSCHAFT/RÜCKBILDUNG

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
Pilates Rückbildung	Di	laufend	10x	16.30	Barbara Tabone	270.00

Mit der Rückbildung kann ca. 6-8 Wochen nach einer natürlichen Geburt und ca. 10 Wochen nach einem Kaiserschnitt gestartet werden. Einstieg jederzeit möglich.
Bitte per Mail an kym.marti@hallenbad-burgdorf.ch anmelden.
Im 10er-Abo für 270.- ist der Hallenbadeintritt bereits inbegriffen.