

NEU AB Q3/2025

Freitag, 17.45 – 18.30 Uhr
Bellicon® Jumping mit Eliane Steiner

HINWEISE

- Eine Kurslektion dauert jeweils 55 Minuten. Ausnahmen: Jumping-Kurse (45 Min.) und Hatha Yoga (75 Min.)
- 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.
- Kursdurchführung ab jeweils 5 fixen Anmeldungen. Bei zu wenig Anmeldungen vor Kursstart, wird bis spätestens eine Woche vor Quartalsbeginn über eine Kursabsage informiert.
- Die Versicherung ist Sache der Kursteilnehmenden.

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 2025, 11. August bis 01. November 2025

GROUPFITNESS

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
320 Functional Fit	Mo	11.08.25	12x	18.30	Claudia Wyler-Blatter	144.00
323 Functional Fit	Do	14.08.25	12x	18.30	Marianne Aebi	144.00
325 Bodyforming	Fr	15.08.25	12x	08.30	Kym Marti	144.00
328 Bauch, Beine, Po	Do	14.08.25	12x	19.30	Ruth Wüthrich	144.00
331 Männergymnastik	Mo	11.08.25	12x	17.30	Marina Utiger	144.00
332 Lady Fit	Mi	13.08.25	12x	09.15	Marina Utiger	144.00
333 Rücken Fit	Mi	13.08.25	12x	10.15	Marina Utiger	144.00
336 Rundum Fit 60+	Fr	15.08.25	12x	11.00	Noa Widmer	144.00

POWER KURSE

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
352 Intervall Training	Di	12.08.25	12x	19.05	Eliane Steiner	144.00
341a bellicon@health Jumping	Di	12.08.25	12x	18.15	Eliane Steiner	144.00
NEU 341b bellicon@ Jumping	Fr	15.08.25	12x	17.45	Eliane Steiner	144.00
324 Step Aerobic	Mi	13.08.25	12x	19.00	Gabi Herrmann	144.00

PILATES & YOGA

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
329a Pilates Einsteiger	Mo	11.08.25	12x	19.30	Gabi Herrmann	156.00
329b Pilates für Fortg.	Do	14.08.25	12x	09.15	Ruth Wüthrich	156.00
329c Beckenboden	Do	14.08.25	12x	10.15	Ruth Wüthrich	156.00
334 Hatha Yoga	Mi	13.08.25	12x	17.40	A.L. Burkhalter	168.00

BEWEGTE RÜCKBILDUNG

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
Beckenboden (Pilates)	D0	laufend	10x	10.15	Ruth Wüthrich	210.00

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 210.- ist der Hallenbadeintritt bereits inbegriffen.