

Anmeldung / Auskunft

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14
www.hallenbad-burgdorf.ch

Wichtigste Hinweise in Kürze

- Keine Kurse vom 19.12.2026 – 10.01.2027
- Kursdurchführung bei mind. 5 Quartal-Anmeldungen
- Versicherung ist Sache der Kursteilnehmenden
- Der Einstieg in ein laufendes Quartal ist bei freien Kursplätzen bei Erwachsenenkursen immer möglich.
- Weiter sind unsere AGB's, sowie die Bade- & Hausordnung zu beachten.



GROUPFITNESS

Kursprogramm Q4/2026

Kursübersicht



Funktionelle Kurse

Ganzheitliche Trainings für Alle & in gemixten Gruppen

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
420 Functional Fit	Mo	02.11.26	18:40	C. Wyler-Blatter	120.00
423 Functional Fit	Do	05.11.26	18:40	M. Aebi	120.00
425 Bodyforming	Fr	06.11.26	08:30	M. Utiger	120.00
428 Bauch Beine Po	Do	05.11.26	19:40	M. Utiger	120.00
431 Männer Fit	Mo	02.11.26	17:30	M. Utiger	120.00
432 Lady Fit	Mi	04.11.26	09:15	M. Utiger	120.00
433 Ganzkörper Fit (keine Durchführung im Q4)	Mi	04.11.26	10:15	M. Utiger	120.00
441a Bellicon® Health*	Di	03.11.26	18:00	E. Steiner	120.00

Powerkurse

Hohe Intensität für energiegeladene Teilnehmende drinnen & draussen

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
424 Step Aerobic (keine Durchführung im Q4)	Mi	04.11.26	19:10	G. Herrmann	120.00
438 Indoor Cycling	Do	05.11.26	17:30	E. Steiner	140.00
441b Bellicon® Jumping*	Fr	06.11.26	17:45	Steiner / Kahrau	120.00
447 Outdoor Fitness	Mo	02.11.26	18:15	R. Wüthrich	120.00
452 Intervall Mix	Di	03.11.26	19:00	E. Steiner	120.00

Pilates & Yoga

Eine gezielte Stärkung der Rumpfmuskulatur & Förderung der Beweglichkeit

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
429a Pilates	Mo	02.11.26	19:30	G. Herrmann	130.00
429b Pilates (keine Durchführung im Q4)	Do	05.11.26	09:15	G. Herrmann	130.00
434 Hatha Yoga <i>(75min)</i>	Mi	04.11.26	17:40	A-L. Burkhalter	140.00

Kursraum-Information

Sofern nicht anders notiert, finden die **Groupfitness-Kurse** im hinteren umgestalteten **Gruppenraum im Hallenbad-Kraftraum** statt. Der Zugang wird i.d.R. durch das Kraftraumteam gewährleistet.

Nachfolgende Kurse finden in der Turnhalle im EG statt: Bellicon® Health *(*45min)* und Bellicon® Jumping *(*45min)*, Functional Fit, Bauch Beine Po, Bodyforming, Lady Fit, Step Aerobic, Intervall Mix.

Der Outdoor Fitnesskurs mit Ruth Wüthrich wird draussen durchgeführt.