

# Wassergymnastik - Wasserfitness

Mit Alice Föhn Wasserfitness-Instruktorin  
Tel-Nr. 055 412 12 83 / [alice.foehn@bluewin.ch](mailto:alice.foehn@bluewin.ch)



**Im Hallenbad Minster UY** Montag 15.15 – 16.00 Uhr

## Kursdaten ab Januar 2022

10 Lektionen Fr. 220.- (inkl. Eintritt), oder Einzellektion Fr. 26.-

<b>10. Januar 2022</b>	(28.2. Fasnacht)
(17.1. + 24.1. fällt aus)	<b>7. März</b>
<b>31. Januar</b>	<b>14. März</b>
<b>7. Februar</b>	<b>21. März</b>
<b>14. Februar</b>	<b>28. März</b>
<b>21. Februar</b>	<b>4. April</b>
	<b>Osterpause</b>

### Vor- oder Nachholmöglichkeiten:

**Im Hallenbad UY** Daten unter: [www.hallenbad-ybrig.ch](http://www.hallenbad-ybrig.ch) / Partner  
Freitagnachmittag um 13.15 Uhr mit Désirée  
Dienstagabend um 19.30 Uhr mit Désirée

### Im Hallenbad Rothenthurm

Donnerstag 18.00 / 19.00 Uhr

Das Kurs-Angebot beinhaltet:

Beweglichkeit und Kraft wird optimal trainiert. Starke Muskeln schonen die Gelenke und sorgen für eine aufrechte Körperhaltung und einen schmerzfreien Rücken.

In diesem Kurs gibt es keine Partner-Übungen. Alle Übungen werden an Ort ausgeführt. Damit immer ein Sicherheits-Abstand gewährleistet ist. Trotzdem soll es ein spannendes und effizientes Training werden.

**Konto:** Raiffeisenbank Einsiedeln, IBAN CH58 8080 8007 8521 2713 8  
Alice Föhn, Kronenstrasse 18, 8840 Einsiedeln