

Wassergymnastik - Wasserfitness

Mit Alice Föhn Wasserfitness-Instruktorin
Tel-Nr. 055 412 12 83 / alice.foehn@bluewin.ch



Im Hallenbad Minster UY Montag 15.15 – 16.00 Uhr

Kursdaten ab April 2024

8 Lektionen Fr. 176.- (inkl. Eintritt), oder Einzellektion Fr. 26.-

29. April 2024

6. Mai

13. Mai

(20.5. Pfingstmontag)

27. Mai

3. Juni

10. Juni

17. Juni

24. Juni

Sommerpause

Vor- oder Nachholmöglichkeiten:

Im Hallenbad UY, Daten unter: www.hallenbad-ybrig.ch / Partner

Dienstagabend um 19.30 Uhr mit Désirée

Freitagnachmittag um 13.15 Uhr mit Désirée

Im Hallenbad Rothenthurm

Donnerstagabend 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.

Neben Laufen und Ausdauertraining, biete ich wieder ein spannendes und effizientes Training an.

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