

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 Januar 2025

11 Lektionen Fr. **242.-** (inkl. Eintritt), oder Einzellektion Fr. 26.-

13. Januar 2025

(20.1. Ferien)

27. Januar

3. Februar

(10.2. Ferien)

17. Februar

24. Februar

(3.3. Fasnacht)

10. März

17. März

24. März

31. März

7. April

14. April

Osterpause

Vor- oder Nachholmöglichkeiten:

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

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