

Aquafit



Entdecken Sie Wasser als ideales Fitnessgerät

Durch die physikalischen Eigenschaften des Wassers wie Auftrieb, Widerstand und Wärmeleitfähigkeit können Sie beim Aquafit im Tiefwasser (mit Schwimmgurt, wird zur Verfügung gestellt) besonders effizient trainieren. Der Herzschlag wird reduziert, die Gelenke werden geschont, das Bindegewebe wird massiert und der Fettstoffwechsel läuft auf Hochtouren. Einzige Voraussetzung: Sie dürfen nicht wasserscheu sein!

Gratis Probelektion

Besuchen Sie einfach eine kostenlose Probelektion (exkl. Eintritt) oder melden Sie sich gleich mittels Anmeldeformular (Rückseite) für einen Kurs an.

QualiCert-Anbieter

Wir verfügen mit der Zertifizierung durch QualiCert über ein Gütesiegel, welches uns für hohe Kompetenz und Seriosität auszeichnet. Damit können unsere Kunden bei den Krankenkassen Beiträge an die Kursgebühren geltend machen. Weitere Informationen zu den Gesundheitsförderungsbeiträgen der einzelnen Versicherer finden Sie unter www.gitterlibad.ch → **Kurse**



Anmeldung

Montags, 12. August – 16. Dezember 2024 (17 Lektionen)

<input type="checkbox"/> 08:30 – 09:15 Uhr	Aquafit	Barbara Crotti	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 09:30 – 10:15 Uhr	Aquafit	Barbara Crotti	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 16:45 – 17:30 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 17:45 – 18:30 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 20:00 – 20:45 Uhr	Aquafit Regula (ohne Musik)	Regula Diener	CHF 306.–

Dienstags, 13. August – 17. Dezember 2024 (17 Lektionen)

<input type="checkbox"/> 08:30 – 09:15 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 09:15 – 10:00 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 10:00 – 10:45 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 12:15 – 13:00 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 18:45 – 19:30 Uhr	Aquafit	Christoph Fleischhacker	CHF 306.–

Mittwochs, 14. August – 18. Dezember 2024 (17 Lektionen)

<input type="checkbox"/> 08:30 – 09:15 Uhr	Aquafit	Christa Schaub	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 09:30 – 10:15 Uhr	Aquafit	Christa Schaub	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 18:30 – 19:15 Uhr	Aquafit Regula (ohne Musik)	Regula Diener	CHF 306.–

Donnerstags, 15. August – 19. Dezember 2024 (17 Lektionen)

<input type="checkbox"/> 08:00 – 08:45 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 09:00 – 09:45 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 09:45 – 10:30 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 10:30 – 11:15 Uhr	Aquafit	Vreni Schürch	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 11:30 – 12:15 Uhr	Aquafit Regula (ohne Musik)	Regula Diener	CHF 306.–

Freitags, 16. August – 20. Dezember 2024 (17 Lektionen)

<input type="checkbox"/> 16:45 – 17:30 Uhr	Aquafit	Barbara Crotti	CHF 306.–
<input type="checkbox"/> 19:00 – 19:45 Uhr	Aquafit Regula (ohne Musik)	Regula Diener	CHF 306.–

Für den Besuch von mehr als einem Aqua-Kurs pro Woche profitieren Sie von einem Rabatt von 25% auf den zweiten Kurs.

Keine Kurse: Herbstferien 30.09.2024-13.10.2024

Die Kurskosten sind exkl. Eintritt Hallenbad und in CHF. Mit der verbindlichen Anmeldung akzeptieren Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Sport- und Volksbad Gitterli AG. Die Kurse werden nur bei genügender Anzahl Teilnehmenden durchgeführt.

Vorname und Nachname

Telefon oder Mobil

Strasse, Nr.

E-Mail

PLZ, Ort

Datum, Unterschrift