

Sommerprogramm Aquafit

Kursort: Hallenbad Sörenberg



NEU Aqua - FIT IM ALTER

Sanftes Training im standtiefen Wasser

• Beweglichkeit • Gleichgewicht • Herz-Kreislauf • Koordination • Kraft

Dienstag: 09:15 – 10:00

23.06. & 30.06. / Sommerferien / 18.08. bis 22.09.2026

Keine Vorkenntnisse nötig • Ideal für Einsteiger*innen

Auch für Nichtschwimmer*innen geeignet

Kurskosten CHF 200.-

Aqua - FIT MACHER

Ganzkörpertraining

• Ausdauer • Beweglichkeit • Kraft

Dienstag: 08:15 – 09:10

23.06. & 30.06. / Sommerferien / 18.08. bis 22.09.2026

Mittwoch: 19:15 – 20:10

24.06. & 01.07. / Sommerferien / 19.08. bis 23.09.2026

Donnerstag: 08:30 – 09:25 / 09:30 – 10:25

25.06. & 02.07. / Sommerferien / 20.08. bis 24.09.2026

Kurskosten CHF 200.-

Aqua - FIT BODYATTACK

Für alle, die mehr wollen

• Power-Workout • Tabata • HIIT

Mittwoch: 20:15 – 21:10

24.06. & 01.07. / Sommerferien / 19.08. bis 23.09.2026

Kurskosten CHF 200.-

NEU Aqua - FIT durch die FERIEN

Ganzkörpertraining

• Ausdauer • Beweglichkeit • Kraft

jeweils Mittwoch 08.07. – 12.08.2026

09:00 – 09:45 / 09:50 – 10:40

CHF 25.00 pro Lektion

Keine Anmeldung erforderlich

Ihre Vorteile

- ✓ Qualifizierte & zertifizierte Aquafitleiterinnen
- ✓ Krankenkassenzertifizierte Kurse

Im Preis inbegriffen

- ✓ Hallenbadeintritt • Gurtmiete

Weitere Informationen & Anmeldung

• E-Mail: hallenbad-soerenberg@bluewin.ch • Telefon: 079 448 69 41