



BAUCH, BEINE, PO

ZIEL

Die Kräftigung der Bauch-, Bein- und Gesäßmuskulatur sowie die Straffung und Stärkung des Gewebes bilden den Schwerpunkt dieses Kurses.

Wir trainieren vielseitig mit und ohne Geräte wie Steps oder Bälle. Der Schlussteil jeder Lektion beinhaltet ein Stretching- und/oder Entspannungsteil.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Ruth Wüthrich / Kathrin Dysli

KURSZEIT

DO 19.30 – 20.25 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite



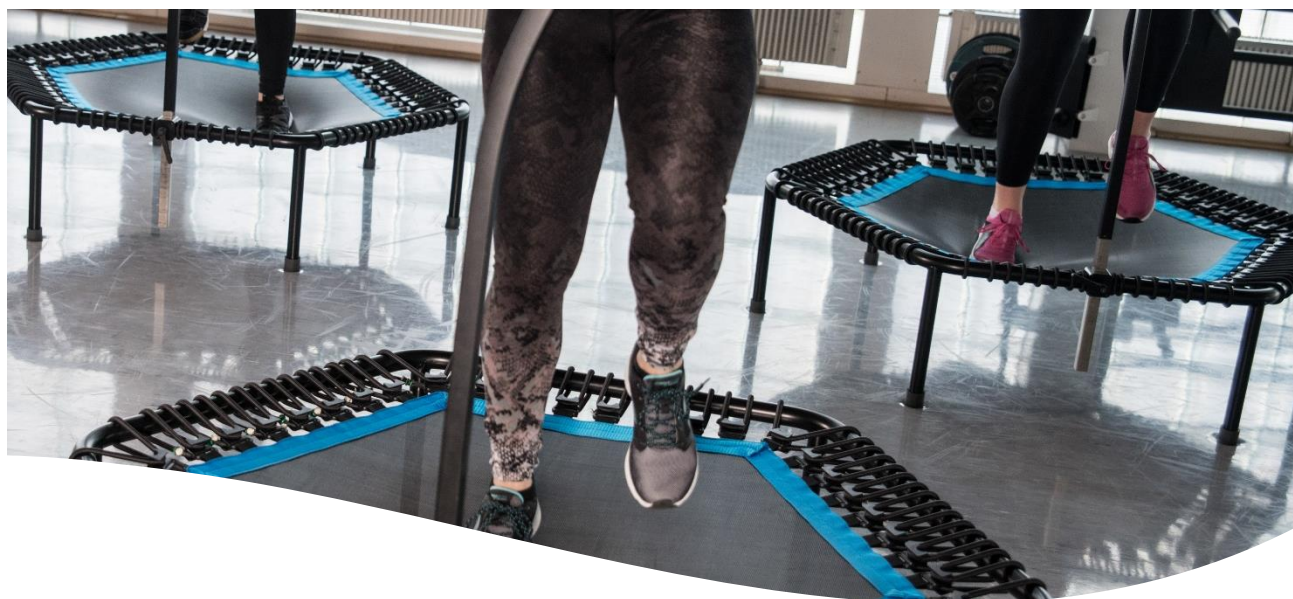
Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



BELLICON® JUMPING

ZIEL

Das ultimative Workout auf dem Minitrampolin

Sie verbessern ihre Koordination und Balance, stärken ihre Knochen, aktivieren das Herzkreislaufsystem und kräftigen sanft den ganzen Körper – Melden Sie sich jetzt an!

KOSTEN

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Eliane Steiner (Do)

KURSZEIT**

DO 17.40 – 18.25 Uhr (Kurs nur Q2 & Q3)

***max. 13 Teilnehmer pro Training – Anmeldung notwendig! Einstieg jedoch bei genügend freien Plätzen jederzeit möglich*

Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS



BELLICON® HEALTH JUMPING

ZIEL

Das ideale Workout für SeniorInnen auf dem Minitrampolin

Sie verbessern ihre Koordination und Balance, stärken ihre Knochen, aktivieren das Herz-Kreislaufsystem und kräftigen sanft den ganzen Körper – Melden Sie sich jetzt an!

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Eliane Steiner

KURSZEIT*

DI 18.15 – 18.55 Uhr

**max. 13 Teilnehmer pro Training – Anmeldung notwendig! Einstieg jedoch bei genügend freien Plätzen jederzeit möglich*

Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

**Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)

Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)

Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)

Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



**Hallen
Bad** BURG DORF
SPORT & WELLNESS



BODYFORMING

ZIEL **Straffen Sie Ihren Körper &**

stärken Sie Ihr allgemeines Wohlbefinden durch Kräftigung der tiefliegenden Haltemuskultur sowie der grossen Muskelgruppen. In diesem Ganzkörpertraining wird mit dem eigenen Körpergewicht, aber auch mit Kleingeräten wie Hanteln, Therabänder, Minibands oder Toningbällen gearbeitet.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Kym Marti

KURSZEIT

FR 08.30 – 09.25 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



FITBOXEN

FINDET NICHT MEHR STATT

ZIEL

Boxtraining mit erfahrenem Wettkampftainer. Ein intensives und effizientes Ganzkörpertraining. Fördern Sie Kraft und Ausdauer, kurbeln Sie Ihre Fettverbrennung mit der richtig angeleiteten Boxtechnik an. Bei uns kommen Sie mit einem blauen Auge davon.

KOSTEN*

CHF 153.— bis max. CHF 221.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Dave Joege

KURSZEIT

FR 18.30 – 20.00 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



FUNCTIONAL FITNESS

ZIEL

In diesem 55-minütigen Kurs fördern Sie Ihre Fitness und Ihr Wohlbefinden ohne, dass dabei der Spass zu kurz kommt.

KOSTEN

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

*Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal
Keine Kurse an Feiertagen!*

KURSLEITUNG

Claudia Wyler-Blatter (MO)
Marianne Aebi (DO)

KURSZEIT

MO 18.30 – 19.25 Uhr
DO 18:30 – 19:25 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

Hallen
Bad BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



HATHA YOGA

ZIEL

In diesem 55-minütigen Kurs fördern Sie Ihre Fitness und Ihr Wohlbefinden ohne, dass dabei der Spass zu kurz kommt.

KOSTEN*

CHF 126.— bis max. CHF 182.—

*Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal
Keine Kurse an Feiertagen!*

KURSLEITUNG

Anna-Lena Burkhalter

KURSZEIT

MI 17.40 – 18.55 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



INDOOR CYCLING

jeweils exklusiv im Q1 & Q4 in unserem Group Fitness Kursangebot

ZIEL

Die Königsklasse des Ausdauertrainings. Sie stärken ihr Herz-Kreislaufsystem und lassen neben Fleiss-Schweiss auch Glückshormone fließen.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Eliane Steiner

KURSZEIT

DO 17.30 – 18.25 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



INTERVALL TRAINING

ZIEL

Fordern Sie sich selbst heraus! Trainieren Sie Kraft und Ausdauer in unterschiedlichen Intervallen und hoher Intensität – mit dem eigenen Körpergewicht und kleinen Zusatzgeräten.

KOSTEN

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Eliane Steiner

KURSZEIT

DI 19.05 – 20.00 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



LADY FIT

ZIEL

Trainieren Sie Ihren ganzen Körper in einer Gruppe motivierter und bewegungsfreudiger Frauen. Die Kräftigung der Rumpf-, Bein- und Armmuskulatur steht dabei im Zentrum.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Marina Utiger

KURSZEIT

MI 09.15 – 10.10 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)

Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)

Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)

Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURG DORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



MÄNNERGYMNASTIK

ZIEL

Trainieren Sie Ihren ganzen Körper in einer Gruppe motivierter und bewegungsfreudiger Männer. Die Kräftigung der Rumpf-, Bein- und Armmuskulatur steht dabei im Zentrum.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Marina Utiger

KURSZEIT

MO 17.30 – 18.25 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



PILATES

ZIEL

Pilates kräftigt Ihren Körper systematisch. Es wird insbesondere die tiefliegende Muskulatur im Becken- und Rumpfbereich trainiert. Zudem verbessern Sie durch Pilates Ihre Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Gabi Herrmann (MO – Einsteigerkurs)

Ruth Wüthrich (DO)

KURSZEIT

MO 19.30 – 20.25 Uhr

DO 09.15 – 10.10 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf

Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf

+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch

www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)

Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)

Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)

Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



BECKENBODEN TRAINING

*Hybrid-Kurs mit Schwangerschaftsrückbildung***

ZIEL

Durch das gezielte Beckenbodentraining (mit integrierter Pilatesmethode) fördern Sie eine gesunde Haltung und Ihr Wohlbefinden, kräftigen gezielt die tiefliegende Rumpfmuskulatur und finden so zu neuer Stärke zurück.

Durch diese sanfte Kräftigung ist dieser Kurs auch optimal für Neo-Mamis als Rückbildungskurs geeignet.

KOSTEN*

CHF 123.— bis max. CHF 185.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Ruth Wüthrich

KURSZEIT

DO 10.15 – 11.10 Uhr

Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** In diesem Kurs ist der Hallenbadeintritt im Kurspreis enthalten und muss nicht separat bezahlt werden.*

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)

Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)

Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)

Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



**** Neo-Mamis melden sich bei Interesse gerne direkt schriftlich bei Frau Kym Marti.**

kym.marti@hallenbad-burgdorf.ch

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS



RÜCKEN FIT

ZIEL

Verbesserung Ihrer Körperhaltung und Stärkung Ihrer Rückenmuskulatur durch gezieltes Training der stützenden Muskulatur.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Marina Utiger

KURSZEIT

MI 10.15 – 11.10 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)

Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)

Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)

Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



RUNDUM FIT 60+

FINDET NICHT MEHR STATT

ZIEL

Ganzheitlich, gelenkschonend, abwechslungsreich & viel Spass in nur 90 Minuten

Mit Elementen aus Yoga und Spiraldynamik werden sanft u.a. die Muskulatur gestärkt, die Gelenke geschmeidig & beweglich und die Koordination geschult. Ein 30-minütiges* Flachwassertraining bringt den Kreislauf dann nochmals so richtig in Schwung.

**Alternativ kann der Kraftraum besucht werden.*

KOSTEN*

CHF 126.— bis max. CHF 182.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Brigitte Fankhauser

KURSZEIT

FR 09.30 – 11.00 Uhr

Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)

Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)

Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)

Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



**Hallen
Bad** BURG DORF
SPORT & WELLNESS



STEP AEROBIC

ZIEL

Sie trainieren gemeinsam zu motivierender Musik in einer Gruppe und verbessern Ihre Fitness und Ihr Wohlbefinden.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

*Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal
Keine Kurse an Feiertagen!*

KURSLEITUNG

Gabi Herrmann

KURSZEIT

MI 19.00 – 19.55 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



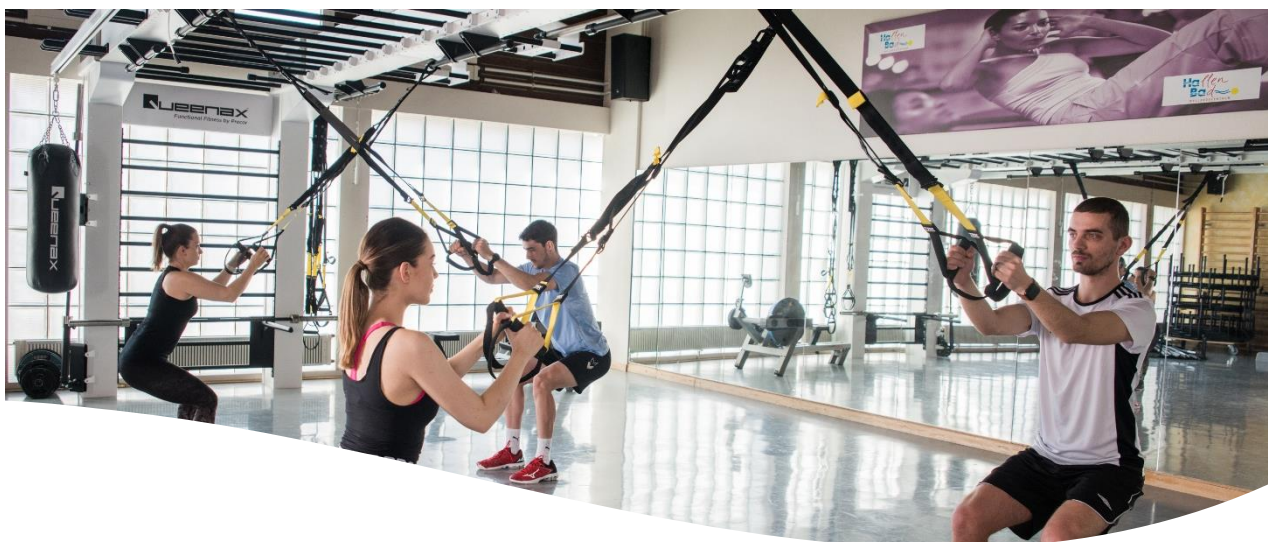
Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



TRX – 45min

NEU AM FREITAGABEND

ZIEL

TRX Suspension Training - Ein intensives und effizientes Ganzkörpertraining. Fördern Sie Kraft und Ausdauer, verbessern die Rumpfstabilität, Beweglichkeit, Koordination und das Gleichgewicht. All das ganzheitlichen, schnell und sicher an nur einem Gerät.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

Noa Widmer

KURSZEIT

FR 17.45 – 18.30 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)

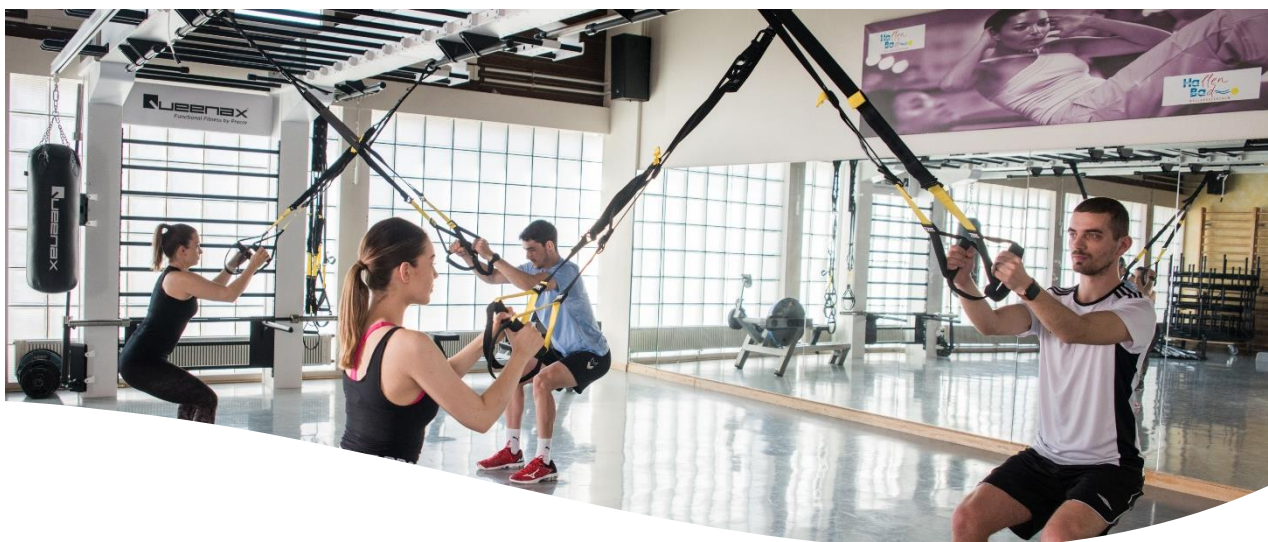
Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)

Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)

Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024



TRX – 55min ???

FINDET NICHT MEHR STATT

ZIEL

TRX Suspension Training - Ein intensives und effizientes Ganzkörpertraining. Fördern Sie Kraft und Ausdauer, verbessern die Rumpfstabilität, Beweglichkeit, Koordination und das Gleichgewicht. All das ganzheitlichen, schnell und sicher an nur einem Gerät.

KOSTEN*

CHF 126.— bis max. CHF 182.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

VAKANT

KURSZEIT

DO 17.30 – 18.25 Uhr ???

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite



Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2025	27.01. – 17.04.2025 (11-12x)
Q2/2025	22.04. – 05.07.2025 (8-11x)
Q3/2025	11.08. – 01.11.2025 (12x)
Q4/2025	03.11.25 – 25.01.26 (10x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Dezember 2024

VORLAGE

ZIEL

xxxx

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal

Keine Kurse an Feiertagen!

KURSLEITUNG

xxx

KURSZEIT

FR 08.30 – 09.25 Uhr

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch



HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es
direkt zu der Kursseite

Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.

* Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils
separat zu bezahlen.

Q1/2025 27.01. – 17.04.2025 (11-12x)

Q2/2025 22.04. – 05.07.2025 (8-11x)

Q3/2025 11.08. – 01.11.2025 (12x)

Q4/2025 03.11.25 – 25.01.26 (10x)

