

NEU

- Der Hallenbadeintritt ist neu im Kurspreis enthalten. Falls Sie den kompletten Kurs bezahlen Student oder AHV sind, dann können Sie einmalig zwei Gratisintritte am Empfang abholen gehen.
- Im Männergymnastik und im Senioren-Fit wurde der AHV Eintrittspreis bereits eingerechnet.

HINWEISE

- Falls Sie ein Hallenbadabo besitzen bitte telefonisch oder per E- Mail anmelden, damit wir den Kurspreis manuell anpassen können. Besten Dank.
- Das Kursgeld ist während den ersten beiden Kurswochen an der Hallenbadkasse zu bezahlen.
- Am Karfreitag 7. April 2023 und Ostermontag 10. April 2023 finden keine Kurse statt.
- Abmeldungen sind bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich. Ansonsten wird ein Unkostenbeitrag von CHF 50.00 erhoben.
- Die Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer.

AUSKUNFT & ANMELDUNG

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

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

 HallenbadBurgdorf

Hallen
Bad BURG DORF
SPORT & WELLNESS

Hallen
Bad BURG DORF

SPORT & WELLNESS



KURSPROGRAMM GROUPFITNESS

1. Quartal 2023, 23. Januar 2023 bis 21. April 2023

GROUPFITNESS

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
120 Fit und Fun (55 Min)	Mo	23.01.23	12x	18.30	C.Wyler-Blatter	240.00
123 Fit und Fun (55 Min)	Do	26.01.23	13x	18.30	Marianne Aebi	260.00
125a Bodyforming (55 Min)	Fr	27.01.23	12x	08.30	Kym Marti	240.00
128a Bauch, Beine, Po (55 Min)	Do	26.01.23	13x	19.30	Ruth Wüthrich	260.00
131 Männergymnastik (55 Min)	Mo	23.01.23	12x	17.30	Marina Utiger	228.00
132 Lady Fit (55 Min)	Mi	25.01.23	13x	09.15	Marina Utiger	260.00
133 Rückenfit (55 Min)	Mi	25.01.23	13x	10.15	Marina Utiger	260.00
136 Senioren-Fit (90 Min)	Fr	27.01.23	12x	09.30	Brigitte Fankhauser	252.00

POWER KURSE

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
124 Step Aerobic (55 Min)	Mi	25.01.23	13x	20.00	Gabi Herrmann	260.00
141 Jumping (45 Min)	Mi	25.01.23	13x	19.00	Eliane Steiner	260.00
152a Intervall-Training (55 Min)	Di	24.01.23	13x	19.05	Eliane Steiner	260.00

TRX

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
137a TRX (45 Min)	Di	24.01.23	13x	12.15	Leitung in Abkl.	260.00
137b TRX (55 Min)	Di	24.01.23	13x	20.00	Giancarlo Trio	286.00

PILATES & YOGA

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
129a Pilates Einsteiger (55 Min)	Mo	23.01.23	12x	19.30	Gabi Herrmann	252.00
129b Pilates (55 Min)	Do	26.01.23	13x	09.15	Svetlana Lehmann	273.00
129c Pilates für Fortg. (55 Min)	Do	26.01.23	13x	10.15	Svetlana Lehmann	273.00
129d Antara (55 Min)	Fr	27.01.23	12x	16.30	Esther Bächtold	252.00
134a Hatha Yoga (75 Min)	Mi	25.01.23	13x	17.40	A.L. Burkhalter	286.00
134b Power Yoga (55 Min)	Fr	27.01.23	12x	18.00	Bobesh Dhuri	240.00

INDOOR CYCLING

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
138a Indoor Cycling (55 Min)	Di	24.01.23	13x	18.00	Peter Leuenberger	286.00
138b Indoor Cycling (55 Min)	Do	26.01.23	13x	17.30	Giancarlo Trio	286.00
138c Indoor Cycling (90 Min)	Fr	27.01.23	12x	19.00	Peter Leuenberger	300.00

BEWEGTE SCHWANGERSCHAFT/RÜCKBILDUNG

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
Pilates Rückbildung	Do	Januar 23	10x	11.15	Svetlana Lehmann	270.00

Mit der Rückbildung kann ca. 6-8 Wochen nach einer natürlichen Geburt und ca. 10 Wochen nach einem Kaiserschnitt gestartet werden. Einstieg jederzeit möglich. Bitte per Mail an kym.marti@hallenbad-burgdorf.ch anmelden.