



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.*

Q1/2026	26.01. – 18.04.2026 (11-12x)
Q2/2026	20.04. – 03.07.2026 (9-11x)
Q3/2026	10.08. – 30.10.2026 (12x)
Q4/2026	02.11.26 – 30.01.27 (10-11x)

**Hallen
Bad** BURGDORF
SPORT & WELLNESS

ÄNDERUNGEN BEZÜGLICH DATEN, PREISE, LEITUNG U.W. SIND JEDERZEIT MÖGLICH – Stand Januar 2026