



BODYFORMING

ZIEL **Straffen Sie Ihren Körper &**

stärken Sie Ihr allgemeines Wohlbefinden durch Kräftigung der tiefliegenden Haltemuskulatur 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

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** BURGDRUF
SPORT & WELLNESS