

## HINWEISE

- Der Hallenbadeintritt ist im Kurspreis NICHT enthalten und bei jeder Teilnahme zu bezahlen.
- An Auffahrt, 29.05, Pfingstmontag, 09.06. und an der Solennität, 30.06. finden keine Kurse statt.
- Das Kursgeld ist während den ersten beiden Kurswochen an der Hallenbadkasse zu bezahlen.
- Abmeldungen sind bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich. Ansonsten wird ein Unkostenbeitrag von CHF 50.00 erhoben.
- Kursdurchführung ab jeweils 5 fixen Anmeldungen. Bei zu wenig Anmeldungen vor Kursstart, wird bis spätestens eine Woche vor Quartalsbeginn über eine Kursabsage informiert.
- Die Versicherung ist Sache der Kursteilnehmenden.

## AUSKUNFT & ANMELDUNG

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

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

 HallenbadBurgdorf



## KURSPROGRAMM GROUPFITNESS

2. Quartal 2025, 22. April bis 04. Juli 2025

## GROUPFITNESS

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
220 Functional Fit (55 Min)	Mo	28.04.25	8x	18.30	Claudia Wyler-Blatter	96.00
223 Functional Fit (55 Min)	Do	24.04.25	10x	18.30	Marianne Aebi	120.00
225 Bodyforming (55 Min)	Fr	25.04.25	11x	08.30	Kym Marti	132.00
228 Bauch, Beine, Po (55 Min)	Do	24.04.25	10x	19.30	Ruth Wüthrich	120.00
231 Männergymnastik (55 Min)	Mo	28.04.25	8x	17.30	Marina Utiger	96.00
232 Lady Fit (55 Min)	Mi	23.04.25	11x	09.15	Marina Utiger	132.00
233 Rückenfit (55 Min)	Mi	23.04.25	11x	10.15	Marina Utiger	132.00
236 Rundum Fit 60+ (55 Min)	Fr	25.04.25	11x	11.00	Noa Widmer	132.00

## POWER KURSE

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
252 Intervall Training (55 Min)	Di	22.04.25	11x	19.05	Eliane Steiner	132.00
241a bellicon@health Jumping	Di	22.04.25	11x	18.15	Eliane Steiner	132.00
224 Step Aerobic (55 Min)	Mi	23.04.25	11x	19.00	Gabi Herrmann	132.00
237 TRX	Fr	25.04.25	11x	17.45	Noa Widmer	132.00

## PILATES & YOGA

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
229a Pilates Einsteiger (55 Min)	Mo	28.04.25	8x	19.30	Gabi Herrmann	104.00
229b Pilates für Fortg. (55 Min)	Do	24.04.25	10x	09.15	Ruth Wüthrich	130.00
229c Beckenboden (55 Min)	Do	24.04.25	10x	10.15	Ruth Wüthrich	130.00
234 Hatha Yoga (75 Min)	Mi	23.04.25	11x	17.40	A.L. Burkhalter	154.00

## BEWEGTE RÜCKBILDUNG

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
Beckenboden (Pilates)	Do	laufend	10x	10.15	Ruth Wüthrich	210.00

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](mailto:kym.marti@hallenbad-burgdorf.ch) anmelden.  
Im 10er-Abo für 210.- ist der Hallenbadeintritt bereits inbegriffen.