

NEU AB Q4/2025

Freitag, 17.45 – 18.30 Uhr

Bellicon® Jumping mit Eliane Steiner

IM WINTERQUARTAL WIEDER DABEI

Freitag, 18.45 – 19.40 Uhr

Indoor Cycling mit Eliane Steiner & Peter Leuenberger

HINWEISE

- Keine Kurse während den Weihnachtsferien (24.12.2025 – 04.01.2026).
- Eine Kurslektion dauert jeweils 55 Minuten. Ausnahmen: Jumping-Kurse (45 Min.) und Hatha Yoga (75 Min.)
- Der Hallenbadeintritt ist im Kurspreis NICHT enthalten und bei jeder Teilnahme zu bezahlen.
- 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



KURSPROGRAMM GROUPTFITNESS

4. Quartal 2025, 03. November 2025 bis 24. Januar 2026

GROUPFITNESS

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
420 Functional Fit	Mo	03.11.25	11x	18.30	Claudia Wyler-Blatter	132.00
423 Functional Fit	Do	06.11.25	10x	18.30	Marianne Aebi	120.00
425 Bodyforming	Fr	07.11.25	10x	08.30	Kym Marti	120.00
428 Bauch, Beine, Po	Do	06.11.25	10x	19.30	Ruth Wüthrich	120.00
431 Männergymnastik	Mo	03.11.25	11x	17.30	Marina Utiger	132.00
432 Lady Fit	Mi	05.11.25	10x	09.15	Marina Utiger	120.00
433 Rücken Fit	Mi	05.11.25	10x	10.15	Marina Utiger	120.00
436 Rundum Fit 60+	Do	06.11.25	10x	08.15	Ruth Wüthrich	120.00

POWER KURSE

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
452 Intervall Training	Di	04.11.25	11x	19.05	Eliane Steiner	132.00
441a bellicon®health Jumping	Di	04.11.25	11x	18.15	Eliane Steiner	132.00
441b bellicon® Jumping	Fr	07.11.25	10x	17.45	Eliane Steiner	120.00
424 Step Aerobic	Mi	05.11.25	10x	19.00	Gabi Herrmann	120.00
438 Indoor Cycling	Do	06.11.25	10x	17.30	Eliane Steiner	140.00

PILATES & YOGA

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
429a Pilates Einsteiger	Mo	03.11.25	11x	19.30	Gabi Herrmann	143.00
429b Pilates für Fortg.	Do	06.11.25	10x	09.15	Ruth Wüthrich	130.00
434 Hatha Yoga	Mi	05.11.25	10x	17.40	A.L. Burkhalter	140.00

BECKENBODEN (RÜCKBILDUNG)

KURS	TAG	START	ANZAHL	ZEIT	LEITUNG	KOSTEN
429c Beckenboden	Do	laufend	10x	10.15	Ruth Wüthrich	130.00

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 für allfällige Fragen an kym.marti@hallenbad-burgdorf.ch wenden.