

Anmeldung / Auskunft

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14
www.hallenbad-burgdorf.ch

Wichtigste Hinweise in Kürze

- Kursdurchführung bei mind. 5 Quartal-Anmeldungen
- Versicherung ist Sache der Kursteilnehmenden
- Der Einstieg in ein laufendes Quartal ist bei freien Kursplätzen bei Erwachsenenkursen immer möglich.
- Weiter sind unsere AGB's, sowie die Bade- & Hausordnung zu beachten.



GROUPFITNESS

Kursprogramm Q3/2026

Kursübersicht



Kurszeitraum

10.08 – 31.10.2026

Funktionelle Kurse

Ganzheitliche Trainings für Alle & in gemixten Gruppen

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
320 Functional Fit	Mo	10.08.25	18:30	C. Wyler-Blatter	144.00
323 Functional Fit	Do	13.08.25	18:30	M. Aebi	144.00
325 Bodyforming	Fr	14.08.26	08:30	M. Utiger	144.00
328 Bauch Beine Po	Do	13.08.26	19:30	R. Wüthrich	144.00
331 Männer Fit	Mo	10.08.26	17:30	M. Utiger	144.00
332 Lady Fit	Mi	12.08.26	09:15	M. Utiger	144.00
333 Ganzkörper Fit	Mi	12.08.26	10:15	M. Utiger	144.00

Powerkurse

Hohe Intensität für energiegeladene Teilnehmende drinnen & draussen

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
352 Intervall Mix	Di	11.08.26	19:05	E. Steiner	144.00
341a Bellicon® Health*	Di	11.08.26	18:00	Steiner / Kahrau	144.00
341b Bellicon® Jumping	Fr	14.08.26	17:45	Steiner / Kahrau	144.00
324 Step Aerobic	Mi	12.08.26	19:00	G. Herrmann	144.00
338 Indoor Cycling	Do	13.08.26	17:30	E. Steiner	168.00
347 Outdoor Fitness	Mo	10.08.26	18:15	R. Wüthrich	144.00

Pilates & Yoga

Eine gezielte Stärkung der Rumpfmuskulatur & Förderung der Beweglichkeit

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
329a Pilates	Mo	10.08.26	19:30	G. Herrmann	156.00
329b Pilates	Do	13.08.26	09:15	G. Herrmann	156.00
334 Hatha Yoga (75min)	Mi	12.08.26	17:40	A-L. Burkhalter	168.00

Wichtige Anpassung

Alle **Groupfitness-Kurse** finden ab dem dritten Kursquartal in der **neu** gestalteten **Turnhalle im Hallenbad-Kraftraum** statt. Der Zugang wird i.d.R. durch das Kraftraumteam gewährleistet.

Ausnahme: die Kurse Bellicon® Health (**neue Kurszeit*) und Bellicon® Jumping finden weiterhin in der Turnhalle im EG statt. Der Outdoor Fitnesskurs mit Ruth Wüthrich wird draussen durchgeführt.

Wir freuen uns auf ein bewegtes drittes Kursquartal 2026 im neuen Groupfitnesskursraum und wünschen allen Teilnehmenden tolle, aktive Sporteinheiten mit unseren Kursleitenden.