

Anmeldung / Auskunft

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

Wichtigste Hinweise in Kürze

- Keine Kurse vom 19.12.2026 – 10.01.2027
- 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 Q4/2026

Kursübersicht



Funktionelle Kurse

Ganzheitliche Trainings für Alle & in gemixten Gruppen

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
420 Functional Fit	Mo	02.11.26	18:30	C. Wyler-Blatter	120.00
423 Functional Fit	Do	05.11.26	18:30	M. Aebi	120.00
425 Bodyforming	Fr	06.11.26	08:30	M. Utiger	120.00
428 Bauch Beine Po	Do	05.11.26	19:30	R. Wüthrich	120.00
431 Männer Fit	Mo	02.11.26	17:30	M. Utiger	120.00
432 Lady Fit	Mi	04.11.26	09:15	M. Utiger	120.00
433 Ganzkörper Fit	Mi	04.11.26	10:15	M. Utiger	120.00

Powerkurse

Hohe Intensität für energiegeladene Teilnehmende drinnen & draussen

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
452 Intervall Mix	Di	03.11.26	19:05	E. Steiner	120.00
441a Bellicon® Health*	Di	03.11.26	18:00	E. Steiner	120.00
441b Bellicon® Jumping	Fr	06.11.26	17:45	Steiner / Kahrau	120.00
424 Step Aerobic	Mi	04.11.26	19:00	G. Herrmann	120.00
438 Indoor Cycling	Do	05.11.26	17:30	E. Steiner	140.00
447 Outdoor Fitness	Mo	02.11.26	18:15	R. Wüthrich	120.00

Pilates & Yoga

Eine gezielte Stärkung der Rumpfmuskulatur & Förderung der Beweglichkeit

Kurs	Tag	Start	Zeit	Leitung	Kosten
429a Pilates	Mo	02.11.26	19:30	G. Herrmann	130.00
429b Pilates	Do	05.11.26	09:15	G. Herrmann	130.00
434 Hatha Yoga <i>(75min)</i>	Mi	04.11.26	17:40	A-L. Burkhalter	140.00

Kursraum-Information

Alle **Groupfitness-Kurse** finden im vierten Kursquartal nochmals im hinteren umgestalteten **Gruppenraum im Hallenbad-Kraftraum** statt danach erfolgt eine Kursraumanpassung. Der Zugang wird i.d.R. durch das Kraftraumteam gewährleistet.

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