



## Reaxing – Fitness und Balance auf dem Wasser

Das ganzheitliche und funktionelle Fitnessstraining auf dem instabilen Reaxing Board, stärkt die Tiefen- und Stützmuskulatur des ganzen Körpers.

Die einzigartige und körpergerechte Barfuss-Lektion kräftigt vernachlässigte Fussmuskeln, gleicht muskuläre Dysbalancen aus, fördert die Konzentration und macht knackig!

Hoher Spassfaktor ist garantiert!

Ab 22.04.2021

Donnerstag, 20.15 h bis 21.00 h

Im Hallenbad Aeschi!!!

Kosten: 10 er Abo gültig 3 Monate Fr. 220.00  
10 er Abo Zusatz gültig 3 Monate Fr. 160.00  
(zum Fitnessabo im Sport und Fit Center)  
Einzeltraining Fr. 25.00  
(inkl. Board-Miete, exkl. Hallenbad Eintritt)

## Aqua Fitness im tiefen Wasser

Ab 22.04.2021

Donnerstag, 19.15 h bis 20.00 h

Kosten: 10 er Abo gültig 3 Monate Fr. 180.00  
Einzeltraining Fr. 20.00  
(inkl. Gurt-Miete, exkl. Hallenbad Eintritt)

**Einstieg jederzeit möglich!**

Brigitte Schick, eidg. Fitnessinstruktorin, Sport und Fit Center, 3800 Interlaken  
079 722 68 68 / www.sportundfit.ch

