



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!

Einstieg jederzeit möglich! Jeweils von Oktober bis Mai, siehe Stundenplan auf der Rückseite oder der Website.

Kosten: 10 er Abo gültig 3 Monate **Fr. 220.00 im Hallenbad Aeschi** oder Halb/Jahresabo Kurse Sport und Fit Center (inkl. Board-Miete, **exkl. Hallenbad Eintritt**)

Aqua Fitness

Einstieg jederzeit möglich! Jeweils von Oktober bis Mai, siehe Stundenplan auf der Rückseite oder der Website.

Kosten: 10 er Abo gültig 3 Monate, **in tiefem Wasser Fr. 180.00 im Hallenbad Aeschi** oder Halb/Jahresabo Kurse Sport und Fit Center (inkl. Gurt-Miete, **exkl. Hallenbad Eintritt**)

**Im Hallenbad Aeschi
und Hallenbad Hapimag
Interlaken**

10 er Abo gültig 3 Monate, **in stehtiefem Wasser, Fr. 240.00 im Hallenbad Hapimag in Interlaken** oder Halb/Jahresabo Kurse Sport und Fit Center (inkl. Material-Miete, **inkl. Hallenbad Eintritt**)

Anmeldung erforderlich

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

