



Höheweg 17, 3800 Interlaken, 033 822 68 68 / 079 722 68 68

Sommerstundenplan ab 31.05.2021



Mo.	10.00 – 11.00 19.00 – 20.30	Sanftes Kraft-, Balance- und Beweglichkeitstraining Spinning mit Rumpfzirkel im Burgseeli ab 31.05.2021
Di.	08.00 – 09.00 09.00 – 10.00	Faszien-Pilates Aqua Fitness im Burgseeli ab 01.06.2021
Mi.	08.30 – 10.00 19.00 – 20.00	Spinning mit Rumpfzirkel ab 02.06.2021 Cirquit Training
Do.	09.00 – 10.00 18.30 – 19.30 19.35 – 20.35 19.15 – 20.00 20.15 – 21.00	Aqua Fitness im Burgseeli ab 03.06.2021 Faszien-Pilates Yoga Aqua Fitness im Hallenbad Aeschi (ohne Schulferien) Reaxing - Fitness und Balance auf dem Wasser im Hallenbad Aeschi (ohne Schulferien)
Fr.	08.30 – 09.30 09.35 – 10.45 12.15 – 13.15	Rebounding (Trampolin) Cirquit Training Yoga

Für alle Lektionen gilt die Anmeldung.
Abmeldung 24 Std vor Beginn, ansonsten ist die Lektion für alle,
auch Jahresabo zahlungspflichtig.
Schutzkonzepte im Sport und Fit Center, Naturstrandbad Burgseeli,
sowie im Hallenbad Aeschi befolgen.

**Der Fitnessraum im Sport und Fit Center ist nur für
Mitglieder mit 6 oder 12 Monatsabonnement benutzbar.**

**Massagen, Power Plate Trainings und Beratungen
finden auf Terminvereinbarung statt.**

Anmeldung für Lektionen:

**Brigitte Schick 079 722 68 68
oder bei Susi Landmesser 076 246 28 16**