



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

Sommer Stundenplan 2026

Gültig ab 01.06. bis 18.09.2026

Mo.	08:30 – 09:45 10:00 – 11:00	Circuit Training mit Trampolin im Fitnessraum Sanftes Kraft-, Mobilisations- und Balancetraining auf der Matte
Di.	08:00 – 09:00 09:30 – 10:15	Faszien Pilates, mit Susi Aqua Fit im Hallenbad Hapimag Interlaken
Mi.	08:30 – 10:00 18:45 – 19:45	Spinning mit Rumpfzirkel auf der du Lac Terrasse in Därligen Circuit Training im Fitnessraum
Do.	18.00 – 19.00 19.05 – 20.05	Faszien – Pilates, mit Susi Yoga, mit Susi
Fr.	07.30 – 08.45 09.30 – 10.30 12.15 – 13.15	Circuit Training mit Trampolin im Fitnessraum Sanftes Kraft-, Mobilisations- und Balancetraining auf der Du Lac Liege Wiese in Därligen Yoga, mit Susi

Für alle Lektionen gilt die Anmeldung.

Herbstferien von 18.09. bis 11.10.2026

**Der Fitnessraum ist für Mitglieder immer 24 / 7 zugänglich.
Für Interessierte sowie Massagen/Behandlungen/Power Plate und
Beratungen, gilt die Terminvereinbarung.**

Anmeldung/Info:

Brigitte Schick, b.schick@sportundfit.ch / 079 722 68 68

