

FIT ÜBER DAS GANZE JAHR MIT AQUAPOWERR

Hallenbad Telli Aarau

- Herz-Kreislauf-Training
- Gelenkschonendes Ganzkörpertraining
- Wohlbefinden (psychisches und körperliches)
- Stärkung und Kräftigung der Muskeln ohne Muskelkater
 - Abwechslungsreiches Training
 - Gruppenerlebnis
- Jede/Jeder kann mitmachen, die Leistungsunterschiede spielen keine Rolle

Wann:

Jeden Freitag ausser während den Schulferien

11.50 – 12.40 Tiefwasser

12.50 – 13.40 Flach- und Tiefwasser

01. September 2023 - 22. Dezember 2023 **CHF 210.00** (exkl. Badeintritt)

12. Januar 2024 - 21. Juni 2024 **CHF 270.00** (exkl. Badeintritt)

Material: Wird zur Verfügung gestellt

Schnupperlektion CHF 20.00, nach Vereinbarung möglich, wird beim Kauf eines Abos angerechnet

Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen!

Mehr Informationen und Anmeldungen:

Carina Ferrari

www.aquapower-sch.ch

aquapower-sch@bluewin.ch

