

SOMMERPROGRAMM GYM



In der **Ferienzeit vom 9.07.2018 bis 12.08.2018 (Wo 28 - 32)** werden die regulären Stunden nicht durchgeführt.

Wir bieten Euch während diesen Wochen einen abwechslungsreichen „SOMMERMIX“ an. Die Stunden können mit sämtlichen Gym- und Aquapower-Abos oder Einzeleintritten besucht werden. Während dieser Zeit bleibt der **Kinderhort geschlossen**.

Tag	Datum	Vormittag	Aktivität	Instruktorin	Abend	Aktivität	Instruktorin
Montag	09.07.2018	9.30 – 10.25	Fun-Tone	Eva			
Dienstag	10.07.2018	9.30 – 10.20	Zumba Kids	Martina			
Donnerstag	12.07.2018	9.30 – 10.25	Aroha	Renate	19.00 – 19.55	Gym-Fit-Mix	Eva
Freitag	13.07.2018				19.00 – ☺	Zumba-Party mit Bar	Martina
Montag	16.07.2018	9.30 – 10.25	Fun-Tone	Eva			
Dienstag	17.07.2018	9.30 – 10.20	Zumba Kids	Martina	19.00 – 18.55	Gym-Fit-Mix	Eva
Donnerstag	19.07.2018	9.30 – 10.25	Aroha	Renate	19.00 – 19.55	Zumba	Martina
Montag	23.07.2018	9.30 – 10.25	Bodyforming	Brigitte			
Dienstag	24.07.2018				19.00 – 19.55	NEU! Tabata	Konstanze
Donnerstag	26.07.2018				19.00 – 19.55	Zumba	Martina
Montag	30.07.2018	9.30 – 10.25	Bodyforming	Brigitte			
Dienstag	07.08.2018	9.30 – 10.25	Bodyforming	Renate	19.00 – 19.55	NEU! Tabata	Konstanze
Donnerstag	09.08.2018	9.30 – 10.25	Aroha	Renate			
Freitag	10.08.2018				19.00 – 22.00	Afro-Kolumbianische Tänze – Workshop mit Bar & Tapas	Beatriz Restrepo

Tragen Sie sich bitte jeweils bis 12.00 Uhr am Kurstag für die Abendstunden oder bis 17.00 Uhr am Vortag für die Morgenstunden in die Anmelde-liste bei der Rezeption ein oder melden Sie sich telefonisch an (die Kurse werden ab 4 Teilnehmer/innen durchgeführt)

Landratten <=> Wasserratten ☺

Gehen Sie mit dem Gym-Abo ins Aquapower (exkl. Eintritt Hallenbad) oder mit dem Aquapower-Abo in den Gymraum.

Die **Aquapower-Kurse** mit Christine finden jeweils wie folgt statt:

Mittwoch	09.00 – 09.55 Uhr
Donnerstag	08.30 – 09.25 Uhr
	09.30 – 10.25 Uhr
	19.30 – 20.25 Uhr

Zumba-Party

Afro-Kolumbianische Tänze

Preise Spezial-Abende

Bei schönem Wetter draussen - lasst euch von der Latino-Musik anstecken und mitreißen!

Der Workshop mit Latino-Power - Im Restaurant/auf Terrasse mit Barbetrieb und Tapas

mit Forum-Abo gratis, andere Fr. 20.00 / inkl. 1 Drink

Wir wünschen bereits jetzt einen schönen und warmen Sommer ☺