

Wasserfitness für Alle

- Für SchwimmerInnen und NichtschwimmerInnen
- Bewegung im Wasser als ideale Aktivität für Ihr allgemeines Wohlbefinden
- Wassergymnastik mit und ohne Handgerät
- Laufen im Wasser mit Gurten
- Stärkung, Kräftigung und Lockerung aller Muskeln
- Kein Muskelkater !
- Schonung der Gelenke, Sehnen und Bänder
- Gruppenerlebnis und Plausch
- Eintritt in die laufenden Kurse jederzeit möglich

Kursdauer: 10 Lektionen à 45 Minuten
Kursbeginn/Zeiten: **Dienstag, 08.05.2012 / 19.00 + 20.30 Uhr**
Mittwoch, 09.05.2012 / 08.00 Uhr
Freitag 11.05.2012 / 19.00 + 19.45 Uhr
Kursort: Michaelschule, Florenstrasse 11, Winterthur-Seen
Kursleitung: Brevetierete Wasserfitnessleiterinnen SSCHV+ aquademie+Aqua-Fit
Kursgeld: Fr. 180.-- inkl. Eintritt für 10 Lektionen à 45 Minuten
Weitere Angebote: Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene
Kinder und Erwachsene an allen Wochentagen
ELKI-Schwimmkurse
Ferienkurse für Kinder
Kindertraining
Crawlkurse für Erwachsene
Privatlektionen
Wassergymnastik für werdende Mütter



SCHWIMMSCHULE WINTERTHUR

Leitung: Regula + Christian Kuhn, Diplomtrainer SSCHV/swimsports/SO
Postfach 2296 8401 Winterthur Tel. 052 343 39 40
www.schwimmkurse.ch

----- Hier abtrennen -----

Anmeldung an obenstehende Adresse

Ich möchte am Wasserfitnesskurs teilnehmen. **Dienstag** **Freitag**
 19.00 h **20.30 h** **19.00 h** **19.45 h**
Name + Vorname: **Mittwoch 08.00 h**

Strasse:

PLZ/Wohnort: **Tel.Nr.**

E-mail: