

Floatfit



Das hochintensive Intervalltraining ist dank der luftgefüllten Matte auf dem Wasser gelenkschonend. In Kombination mit dem Training auf dem Board fördert es die Verbesserung der intramuskulären Koordination.

Daten:	Quartalskurse, 8 Lektionen
Kurstage:	Dienstag, 15.30 - 16.15 Uhr Mittwoch, 08.15 - 08.45 Uhr Mittwoch, 18.40 - 19.10 Uhr / 19.15 - 19.45 Uhr
Dauer:	30 Min.
Kurskosten:	
Quartalskurs, 8 Lekt.	150 CHF inkl. Hallenbadeintritt 90 CHF für Abobesitzer
Kursort:	Hallenbad 28°

Anmeldung: Kassa Thermalquellen Brigerbad
thermalquellen@brigerbad.ch, +41 (0)27 948 48 48

Information: Cathi Walden
Verantwortliche Schwimmschule und Schwimmleiterin
cathi.walden@brigerbad.ch, +41 (0)78 814 94 94