

ALLGEMEINE BEDINGUNGEN

- Anmeldung:** *Schriftlich* mittels Anmeldetalon an:
Birgit Furler-Irnmark „Wasserfitness“,
Ziegeleistrasse 27, 4242 Laufen.
Die Einteilung erfolgt nach Eingangsdatum.
- Voranmeldung:** KursteilnehmerInnen der Saison 10/11 gelten
ohne Gegenbericht als angemeldet und können
auf die Zustellung des Talons verzichten.
- Warteliste** Ihre Anmeldung wird registriert. Sobald
entsprechend Platz ist, laden wir Sie zum
kostenlosen Schnuppertraining ein.
- Kosten:** 10er Abo CHF 140.-- inkl. Badeintritt, Gültigkeit
3 Monate - unbedingt beachten.
- Versicherung:** Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
- Leiterkontakte:** **Petra Bögli**, Aquapowerinstructorin
Tel. P. 061/534 40 68, Natel 079/241 52 31
E-Mail: p.boegli@sklaufen.ch
Conny Rem, Aquapowerinstructorin
Tel. P. 061/761 37 90, Natel 079/296 21 09
E-Mail: c.rem@sklaufen.ch
Birgit Furler-Irnmark, Wasserfitnesstrainerin
Tel. P. 061/761 63 61, Natel 079/772 65 77
E-Mail: b.furler@sklaufen.ch

PROGRAMM WASSERFITNESS

Saison 2011/2012



Neue Daten:
(Mo. 26.09.11 bis Mi. 20.06.12)
Ansonsten bleibt unser
Wasserfitness-Angebot
unverändert.

AQUAPOWER

by





ANMELDEKARTON

Einsenden an:
Birgit Furler-Irmak, „Wasserfitness“, Ziegeleistrasse 27, 4242 Laufen

Name / Vorname	
Strasse	
PLZ / Ort	
E-Mail	
Geb. Datum	
Tel.	P: Mobil:

Aquajogging - Aquagym - Aqua-Powertraining

1. Wahl Ort.....Tag..... Zeit.....

2. Wahl Ort.....Tag..... Zeit.....

Ich wurde bereits auf der Warteliste 10/11 registriert. (ankreuzen)

**Kurseinstieg erst
nach erfolgreichem
Aufgebot möglich**

Besten Dank für Ihr Interesse. Sie werden registriert, sobald ein Platz aus 1. oder 2. Wahl verfügbar ist, laden wir zum kostenlosen Schnuppertraining ein.
(Für die Montagvormittagslektionen führen wir eine längere Warteliste)

Bemerkungen Haben Sie ein gesundheitliches Problem, wovon Ihre Leiterin Kenntnis haben sollte?
ja nein

Datum/Unterschrift
.....

PROGRAMM WASSERFITNESS

Saison 2011/12

Aquajogging / Aqua-Power-Training
Ganzheitliches Kraft-/Ausdauertraining im Tiefwasser mit Auftriebsgurt (☞ auch für Nichtschwimmer)

Ort: Hallenbad March Meltingen/Zullwil **Mo. 26.09.11 - Mi. 20.06.12**

Montag	08.15 – 09.00 Uhr	Leitung: Conny Rem
Montag	09.15 – 10.00 Uhr	Leitung: Conny Rem
Montag	10.15 – 11.00 Uhr	Leitung: Conny Rem
Mittwoch	19.30 – 20.15 Uhr	Leitung: Petra Bögli
Mittwoch	20.30 – 21.15 Uhr	Leitung: Petra Bögli
Freitag	19.30 – 20.15 Uhr	Leitung: Conny Rem
Freitag	20.30 – 21.15 Uhr	Leitung: Conny Rem

Aquagym / Aqua-Power-Training
Ganzheitliches Kraft-/Ausdauertraining im stehtiefen Wasser (☞ auch für Nichtschwimmer)

Ort: Hallenbad Mur Breitenbach **Mo. 26.09.11 - Mo. 18.06.12**

Montag 21.00 – 21.45 Uhr Leitung: Birgit Furler-Irmak

Trainingsfreie Ferien- und Feiertage Saison 2011/2012	
Weihnachtsferien	Mo. 19.12.11 – Mo. 07.01.12
Fasnacht- / Sportferien	Fr. 17.02.12 - So. 04.03.12
Karfreitag bis Ostermontag	Fr. 06.04.12 - Mo. 09.04.12
Auffahrts-Brücke	Mi. 16.05.12 - So. 20.05.12
Pfingstmontag	Mo. 28.05.12