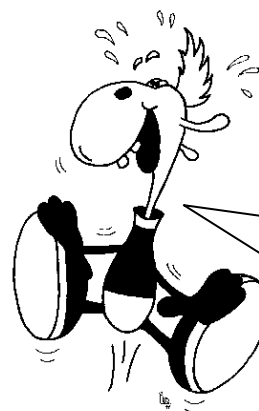


ALLGEMEINE BEDINGUNGEN

- Anmeldung:** *Schriftlich* mittels Anmeldetalon an:
Birgit Furler-Irnmark „Wasserfitness“,
Ziegeleistrasse 27, 4242 Laufen.
Die Einteilung erfolgt nach Eingangsdatum,
InteressentInnen aus der Warteliste 09/10
werden bevorzugt behandelt.
- Voranmeldung:** Voranmeldungen aus der Saison 09/10 (Ende
Juni 10) gelten als definitiv und müssen nicht
mittels Anmeldetalon bestätigt werden
(Programm zur Kenntnis).
- Warteliste** Ohne Gegenbericht registrieren wir Ihre
Anmeldung auf der Warteliste. Um die
bestehende Warteliste aktualisieren zu können,
bitten wir um Bestätigung des Interesses durch
Einsenden des ausgefüllten Anmeldetalons.
Sobald Ihr Platz frei ist, laden wir Sie zum
kostenlosen Schnuppertraining ein.
- Kosten:** 10er Abo CHF 140.-- inkl. Badeintritt,
gültig 3 Monate (unbedingt beachten!).
- Versicherung:** Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
- Leiterkontakte:** **Petra Bögli**, Aquapowerinstructorin APIA
Tel. P. 061/534 40 68, Natel 079/241 52 31
E-Mail: p.boegli@sklaufen.ch
Conny Rem, Aquapowerinstructorin APIA +
dipl. Aquafit-Leiterin 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 2010/2011



**Achtung Saisonstart
nicht verpassen!**

Breitenbach:

ab Mo. 30.08.2010

Meltingen/Zullwil:

ab Mi. 01.09.2010

AQUAPOWER

by





ANMELDE TALON

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 09/10 registriert. (ankreuzen)

**Kurseinstieg erst
nach erfolgtem
Aufgebot möglich**

Besten Dank für Ihr Interesse. Sie werden auf der Warteliste registriert, sobald ein Platz aus 1. oder 2. Wahl verfügbar ist, bieten wir zum kostenlosen Schnuppertraining auf.
(Insbesondere für die Montagvormittagslektionen führen wir eine lange Warteliste)

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

Datum/Unterschrift

PROGRAMM WASSERFITNESS

Saison 2010/2011

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

Ort: Hallenbad March Meltingen/Zullwil	Mi. 01.09.10 - Fr. 24.06.11	
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. 30.08.10 - Mo. 20.06.11	
Montag	21.00 – 21.45 Uhr	Leitung: Birgit Furler-Irmak

Trainingsfreie Ferien- und Feiertage Saison 2010/2011	
<i>Allerheiligen</i>	<i>Mo. 01.11.10</i>
<i>Weihnachtsferien</i>	<i>Mo. 20.12.10 - So. 02.01.11</i>
<i>Fasnacht- / Sportferien</i>	<i>Fr. 04.03.11 - So. 20.03.11</i>
<i>Karfreitag bis Ostermontag</i>	<i>Fr. 22.04.11 - Mo. 25.04.11</i>
<i>Auffahrts-Brücke</i>	<i>Mi. 01.06.11 - So. 05.06.11</i>
<i>Pfingstmontag</i>	<i>Mo. 13.06.11</i>