

AQUAFIT: NEUN GRÜNDE FÜR FITNESS UND SPASS



KSS 
Freizeitpark Schaffhausen



NEUN GRÜNDE FÜR AQUAFIT-FITNESS

1. Schont Gelenke, Bänder und Wirbelsäule
2. Verbessert Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination
3. Perfektes Fitnessstraining für Alle im Wasser
4. Wasser-Fitness ist grösster Kalorienkiller
5. Bringt Bewegung und Entspannung für Körper und Sinne
6. Ideal für Rehabilitation
7. Wohltuend in Schwangerschaft und Rückbildung
8. Anerkannte Gesundheitsförderung
9. Macht Spass in der Gruppe

ZEITEN

Montag	9.00 / 10.00 / 11.00 / 12.00 Uhr
Dienstag	18.30 / 19.30 Uhr
Mittwoch	8.30 / 20.05 Uhr
Donnerstag	10.30 / 11.30 / 12.30 Uhr
Freitag	7.50 / 8.45 / 9.40 Uhr

PREISE UND ANMELDUNG

- 50 Minuten: CHF 21.- / 2 x pro Woche CHF 18.50
- Spartipp: im Januar Jahresabonnement lösen
- U-30-Rabatt: 10% Rabatt bis zum 30. Geburtstag
- Preise pro Lektion, zzgl. KSS-Eintritt/Abo
- Anmeldung: Brigitt Schori, 076 458 59 16