

# Aqua-Fit Marathon zur Zeitumstellung Sommer-Herbst

**Sonntag, 30. Oktober 2022 von 10.00 – 12.00 Uhr**

<b>Motto</b>	Power dich während 2 abwechslungsreichen, poppigen und atemraubenden Aqua-Fit Stunden vollständig aus!
<b>Leitung</b>	Barbara Lerch und Tanja Amiet
<b>Material</b>	Westen und Gurte werden zur Verfügung gestellt
<b>Treffpunkt</b>	09.50 Uhr bei der Sprungbucht im Hallenbad
<b>Gebühr</b>	Für KursteilnehmerInnen des Quartals Sommer-Herbst 2022 gratis, für andere Fr. 20.- (die Preise verstehen sich exkl. Eintritt in das Hallenbad)
<b>Anmeldungen an</b>	Melde dich möglichst bis zum 24. Oktober 2022 unter <a href="mailto:kurse@szzag.ch">kurse@szzag.ch</a> an! Die Plätze sind limitiert.

## **Batteriefüllendes Mittagessen ab 12.30 Uhr**

Powersalat in der Schüssel serviert zum selber schöpfen

\*\*\*

Pasta Plausch «bis gnue» mit drei Saucen und Reibkäse

\*\*\*

Süsser Abschluss

Pro Person CHF 23.50