

Aqua-Fit Marathon zur Zeitumstellung Sommer-Herbst

Sonntag, 30. Oktober 2022 von 10.00 – 12.00 Uhr

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