



Leichter geht`s im Wasser

Bleibe FIT auch mit eingeschränkter Beweglichkeit

Die angepasste Wassergymnastik ist besonders vorteilhaft für:

- Personen mit leichter Behinderung
- Personen mit Beschwerden an Gelenken
- Rückenproblemen
- Muskelschmerzen
- sonstige Altersbeschwerden

- Wassertemperatur:** Angenehme 32 °
- Ort:** - Hallenbad Riedern, Schulanlage Riedern, Uetendorf
- Zeit:** - Jeweils Freitag – ab 16.Oktober 2009 bis 9. April 2010
17.45 – 18.30 Uhr, mögliche Ausfalldaten gem. Leiterin
- Kosten:** - Fr. 8.—inkl. Eintritt Hallenbad
Fr. 72.- 10er Abonnement, nutzbar für sämtliche Aqua-Gym Angebote (siehe Programm)
- Leitung:** - Ackermann Margrit, Uetendorf
- Auskunft:** - Bähler Christine, Uetendorf Tel. 033 345 44 41
- Ackermann Margrit, Uetendorf Tel. 033 345 57 56

Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Schwimmclub Delphin Uetendorf