



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 22.Oktober 2011 bis 8. April 2012

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 des Teilnehmers

Schwimmclub Delphin Uetendorf