

Schwimmkurse für Erwachsene

Kurse

Montag		
12:15 – 13:05	Aqua Fitness	MR
19:15–20:00	Brustschwimmen Fortgeschrittene	US
20:00–20:45	Brustschwimmen Beginner	US
Dienstag		
12:15–13:00	Schwimmtraining Triathleten	SK
20:00–20:50	Aqua Fitness	MR
20:05–20:50	Crawl	SK
Donnerstag		
12:15–13:05	Aqua Fitness	RH / AK
13:15–14:05	Aqua Fitness	RH / AK
19:20–20:10	Aqua Fitness	AK
Freitag		
20:30–21:15	Crawl	SK

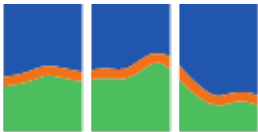
Einzelektionen

à je 30 / 45 / 60 Minuten

Montag	
13:30–14:00	BH
15:40–16:10 (Tiefwasser)	US
Donnerstag	
15:40–16:10	AK
16:10–16:40	AK
Freitag	
14:00–14:30	RH
14:30–15:00	RH
Technik Erwachsene (Montag–Freitag)	
09:00–10:00	FG
14:30–15:00	FG

AK = Anne-Laure Kolb-Vermot
BH = Barbara Huber
FG = Felix Gmünder
MR = Monika Rüttimann

RH = Renata Holenstein
SK = Silvio Kopf
US = Uschi Schreiber



SPORTZENTRUM
HERISAU