

UND... ACTION



SOFT-GYM
TRAMPOLIN PMT Magic



UND... ACTION

SOFT-GYM TRAMPOLIN PMT

Bist du bei uns im Kurs? Und möchtest du auch zu Hause auf deinem Trampolin trainieren? Aber oft ist das Gelernte zu Hause wieder vergessen!? ☹

Dann bist du in unserem „Und... Action“ Angebot genau richtig. Wir bieten im Studio regelmässig die Möglichkeit an, dich selbst mit unserer Hilfe/ Anleitung zu filmen, ganz einfach mit deinem Handy.

So hast du immer die richtige Musik und kannst die Schritte zu Hause selbstständig üben.

Informationen

- Wann: jeweils Samstag vor Quartalsende
Um 11:00Uhr
- Dauer: ca. 1h15min
- Preis: 28.- Franken pro Kurs (einmalig)
- Mitbringen: helle und dunkle Hosen, helle Socken und wenn vorhanden Handystativ
- Leitung: Elvira Gautschi und Sabina Betschart

Die Daten werden jeweils während des laufenden Quartals bekannt gegeben.

