TurnvereinHünenberg

SVKT Frauensportverband

8. SVKT Bewegungs- und Erlebnisevent in Hünenberg

Am 8. SVKT Bewegungs- und Erlebnisevent bieten wir dir ein vielseitiges Programm aus den Bereichen Tanz, Fitness, Gesundheit und Outdoor: Wähle deine Favoriten aus unterschiedlichen Bewegungsangeboten und stelle dir so dein individuelles Tagesprogramm zusammen.

Datum: Samstag, 13.05.2023

Wer: **Sportbegeisterte Personen ab 16 Jahren**

Ort: **Schulhaus Eichmatt, Eichmattstrasse 11, 6333 Hünenberg**

Zeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Outdoor
9.00 - 9.35	Good Morning Workout		esa MF Pflichtmodul	
9.45 - 10.40	M.A.X	Spielerisches Krafttraining	Core Training	
10.50 - 11.45	Funtone		Antara	
11.55 - 12.50	Dynamic Training (ev. outdoor)	Balancetraining	Pilates	
12.50 - 13.30	Zmittag			
13.30 - 14.25	Fitness Dance	Functional Bodyweight Training	Smart Abs	Wanderung
14.35 - 15.30	Intervalltraining (ev. outdoor)	Step Aerobic	Faszientraining	
15.40 - 16.30	Feel your Body – Stretch & Relax			
16.30 - 17.00			esa MF Pflichtmodul	

Eine detaillierte Beschreibung der Angebote sowie das Anmeldeformular findest du unter www.svkt.ch → News → 8. SVKT Bewegungs- und Erlebnisevent

Kosten:

Tagespauschale Erwachsene inkl. Birchermüesli und Brötli zum Zmittag CHF 80.-
Halbtags CHF 50.-
Einzeleintritt 1 Lektion CHF 15.-
Teilnahme ohne Voranmeldung je nach Platz möglich, Zuschlag Tageskasse CHF 5.-
Bei zu wenig Anmeldungen, wird der Event ersatzlos abgesagt.

Anmeldeschluss: 07.04.2023