

Preise Bewegungskurse

Kurs	Dauer	Einwohner Fr./Lektion	Auswärtige Fr./Lektion
Antara® / Antara® &Stretch, Functional Training	60 min.	20.00	22.00
M.A.X.®	30 min.	15.00	16.50
Step&Tone	70 min.	20.00	22.00
„Outdoor WOD“ (Workout Of the Day)	45 min.	15.00	15.00
Antara® Rückbildung 8er-Abo inkl. Unterlagen (Gültigkeit 10 Wochen) <i>Wichtig: Schnupperlektionen sind aufgrund der grossen Nachfrage ab sofort nicht mehr möglich. Vielen Dank fürs Verständnis.</i>	60 min.	250.00	250.00
<u>Neuer Kurs ab August 2017:</u> Geburtsvorbereitung – Antara® meets BeBo® 6 Lektionen à 60 min.	60 min.	180.00	198.00

Preise Beckenbodenkurs nach dem BeBo® Konzept

	Dauer	Total Kurskosten Einwohner	Total Kurskosten Auswärtige
<u>Neu ab 2017:</u> Beckenbodenkurs für Frauen (nach dem BeBo® Konzept) Dies ist ein abgeschlossener Kurs und beinhaltet 7 Lektionen à 60 min. (inkl. Beckenboden-Buch “Entdeckungsreise zur weiblichen Mitte“) <u>Daten Kurs 2/17:</u> Freitag von 16.15 – 17.15 Uhr 12.05. / 19.05. / 02.06. / 09.06. / 23.06. / 30.06. + 07.07.2017 <u>Daten Kurs 3/17:</u> Donnerstag von 14.00 – 15.00 Uhr 02.11. / 9.11. / 16.11. / 23.11. / 30.11. / 07.12. + 15.12.2017	7x 60 min.	245.00	266.00



Gehirntraining einmal ganz ANDERS!

Preisregelung Life Kinetik®-Kurse

Ein Life Kinetik®-Starter-Kurs beinhaltet 13 Lektionen à 45 min. inklusive einem Sehtest. Die Kurse sind von den Krankenkassen nicht offiziell anerkannt. Es lohnt sich jedoch, die Rechnung einzuschicken.

<u>Kosten</u>	Total/Pers.
Starter-Kurs: 13 Lektionen (je 45 min.) à Fr. 27.00	351.00
Fortsetzungskurs:	25.00 / Lektion
Informationsabend: Dauer ca. 1h	kostenlos
Erlebnismorgen: Dauer ca. 3h	75.00

Regelung des Mindestalters

- * Mindestalter der Kinder bei Anmeldung ohne Begleitung: 11 Jahre
- ** Mindestalter der Kinder in Begleitung eines Erwachsenen: 9 Jahre

Informationsabend:

An folgenden Daten findet ein Informationsabend über Life Kinetik® statt:

- Mittwoch, 5. Juli 2017, 19.30 – ca. 20.30 Uhr
- Donnerstag, 24. August 2017, 18.30 – ca. 19.30 Uhr

Die Teilnahme am Informationsabend ist kostenlos und unverbindlich.

Erlebnismorgen:

An diesem Morgen findet ein Life Kinetik®-Erlebnismorgen statt:

- Samstag, 9. Juli 2017, 9.00 – 12.00 Uhr

Der Erlebnismorgen ist unverbindlich und dient dazu, Life Kinetik® ausführlicher zu erleben.

Die Teilnahme an einem Informationsabend oder Erlebnismorgen ist Voraussetzung für die Kursteilnahme.

Die Platzzahl ist bei beiden Anlässen beschränkt, deshalb ist eine Anmeldung erforderlich.

Kursdauer und Zeiten 1. Semester 2017:

Mittwoch (ausgebucht):

Kurs 1/17: 01.02. – 31.05.2017, 13.30 Uhr – 14.15 Uhr

Kurs 2/17: 01.02. – 31.05.2017, 14.30 Uhr – 15.15 Uhr

Ausfälle: 22.02. / 01.03. / 22.03 / 19.04. / 26.04. und 17.05.2017

Donnerstag (ausgebucht):

Kurs 3/17: 02.02. – 01.06.2017, 20.15 – 21.00 Uhr

Ausfälle: 23.02. / 02.03. / 30.03. / 20.04. / 27.04. und 25.05.2017

Kursdauer und Zeiten 2. Semester 2017:

Donnerstag Starterkurs:

Kurs 4/17: 31.08. – 14.12.2017, 20.20 – 21.05 Uhr

Ausfälle: 21.09. / 12.10., 19. und 26.10.2017

Stand: 19. Mai 2017