



Power Fit – Hallentraining

Saison 2021-2022

Auch in diesem Winter möchten wir uns wieder auf die Skisaison vorbereiten. Mit primär Kraft- und Kraftausdauer-Übungen machen wir uns fit für alle Schneesportarten.

Start: 20.10.2021 Ende: 06.04.2022 jeweils am Mittwoch

Zeit: 19.00 bis ca. 20.15 Uhr

Ort: Turnhalle Breite, Rothrist

Corona-Schutzkonzept

Damit wir abschätzen können, ob wir ein Training mit Zertifikatspflicht anbieten müssen, oder ob wir in einer Gruppe von maximal 30 Teilnehmern ohne Zertifikatspflicht trainieren können, benötige ich eure Anmeldung, wenn ihr in dieser Saison am Power Fit teilnehmen möchtet.

Mit deinem Smartphone kannst du diesen Code scannen und dich registrieren:



Oder du meldest dich direkt bei mir:

Martin Stalder, 079 667 47 22,
stalder64@gmail.com

20.10.2021	Martin
27.10.2021	Susanne
03.11.2021	Megi
10.11.2021	Martin
17.11.2021	Susanne
24.11.2021	Megi
01.12.2021	Martin
08.12.2021	Susanne
15.12.2021	Martin
22.12.2021	Alle
29.12.2021	Ferien
05.01.2022	Ferien
12.01.2022	Megi
19.01.2022	Susanne
26.01.2022	Martin
02.02.2022	Ferien
09.02.2022	Ferien
16.02.2022	Susanne
23.02.2022	Martin
02.03.2022	Martin
09.03.2022	Megi
16.03.2022	Susanne
23.03.2022	Martin
30.03.2022	Megi
06.04.2022	Alle

Das Leiterteam freut sich auf die Trainings mit euch.