


KURSPROGRAMM VOM 19.AUGUST 2019 BIS 26.OKTOBER 2019

TAG	ZEIT	NR.	LEKTION	KURS	STUFE	KURSLEITUNG
Montag	08.30 - 09.30	A1	60 Min.	Rücken-Fit Fitness Family	Erwachsene	Angi
	09.30 - 10.30	A2	60 Min.	Faszien-Fit	Erwachsene	Angi
	17.30 - 18.30	A3	60 Min.	Zumba Toning	Erwachsene	Sandra
	18.30 - 19.30	A4	60 Min.	Zumba Fitness	Jugendliche / Erwachsene	Sandra
	19.30 - 20.30	A5	60 Min.	Functional Fitness Family	Erwachsene	Angi
Outdoor Fitness 	18.30 - 19.30 19.30 - 20.30	Gruppe 1 Outdoor Fitness Family Gruppe 2 Outdoor Fitness Family	Auf der Spielwiese Schulhaus Alpnach. Wenn es regnet findet das Training für beide Gruppen um 19:30 Uhr im Studio statt!			
Dienstag	07.30 - 08.40	B1	70 Min.	Rückengymnastik	Erwachsene	Caroline
	08.45 - 09.55	B2	70 Min.	Rückengymnastik	Erwachsene	Caroline
	10.00 - 11.00	B3	60 Min.	SeniorGym	Erwachsene	Caroline
	18.00 - 19.00	B4	60 Min.	Rücken-Fit Fitness Family	Jugendliche / Erwachsene	Caroline
	19.00 - 20.00	B5	60 Min.	Rücken-Fit Fitness Family	Jugendliche / Erwachsene	Angi
Mittwoch	08.15 - 09.25	C1	70 Min.	Rückengymnastik	Erwachsene	Caroline
	09.30 - 10.40	C2	70 Min.	Rückengymnastik	Erwachsene	Caroline
	18.30 - 19.30	C3	60 Min.	Functional Fitness Family	Erwachsene	Angi
	19.30 - 20.40	C4	70 Min.	Yogilates	Erwachsene	Angi
Donnerstag	07.30 - 08.40	D1	70 Min.	Rückengymnastik	Erwachsene	Caroline
	08.45 - 09.55	D2	70 Min.	Rückengymnastik	Erwachsene	Caroline
	18.30 - 19.30	D3	60 Min.	Functional Fitness Family	Erwachsene	Angi
	19.30 - 20.30	D4	60 Min.	Faszien-Yoga	Erwachsene	Angi
Freitag	09.00 - 10.00	E1	60 Min.	Zumba Fitness	Erwachsene	Sandra

In allen Fitness Family Kursen besteht die Möglichkeit versäumte Stunden vor- oder nachzuholen!



**Kurseinstieg und Probelektion jederzeit möglich !
Angela Bolz Mobile 079 204 68 91**



fitness-alpnach.ch

krankenkassen anerkannt

TARIFE

Erwachsene 10 Lektionen 70 Min. **Fr. 210.--**
Erwachsene 10 Lektionen 60 Min. **Fr. 200.--**
Jugendliche 10 Lektionen 60 Min. **Fr. 170.--**

ANMELDUNG

Die Anmeldung zu den Kursen kann telefonisch, per E-Mail oder persönlich bei der zuständigen Kursleiterin erfolgen. Die Anmeldung ist für den Teilnehmer verbindlich. Bei Abmeldung wird eine Bearbeitungsgebühr von Fr. 50.- verrechnet. Bei kurzfristiger Abmeldung, ab dem 4.Tag vor Kursbeginn, ist das volle Kursgeld zu bezahlen. Bei vorzeitigem Austritt wird kein Kursgeld zurückerstattet.

ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Für die Kurse von Angela Bolz gilt die Einzahlung eine Woche vor Kursbeginn. Das Kursgeld kann wie folgt bezahlt werden: E-Banking - Barzahlung oder mit TWINT
PC-Konto 60-97104-5 Fitness-Alpnach
IBAN-Nr.CH47 0900 0000 6009 7104 5



Für die Kurse von Caroline Steffen und Sandra Liem, Barzahlung in der ersten Lektion.

ABSENZEN

Bei Krankheit und Unfall (mit Arztzeugnis) wird der Kursanteil als Gutschrift für spätere Lektionen gutgeschrieben. Versäumte Stunden können nach Absprache mit der Kursleitung **im gleichen Quartal vor-oder nachgeholt werden.**

ABMELDUNG

Zwei Wochen vor Kursende bei der zuständigen Kursleiterin, ansonsten ist das neue Quartal vollumfänglich zu bezahlen.

HAFTUNG

Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Jeder Kursteilnehmer haftet für Unfälle, Sachbeschädigung und Sachverlust selber. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko, jegliche Haftung wird abgelehnt.

PARKPLÄTZE

Parkplätze vorhanden, bitte die Autos hinter dem Haus parkieren.

KURSLEITUNG ☎

Angela Bolz	079 - 204 68 91
Caroline Steffen	079 - 350 00 34
Sandra Liem	079 - 417 26 61

KEINE HERBSTFERIEN !

NEUER KURSBEGINN IM OKTOBER

28.Oktober 2019 bis 18.Januar 2020

Änderungen vorbehalten!

fitness-alpnach.ch
Angela Bolz
Dipl. Bewegungspädagogin BGB
Chilcherlistrasse 1 6055 Alpnach
Mobile 079 204 68 91
E-Mail kontakt@fitness-alpnach.ch