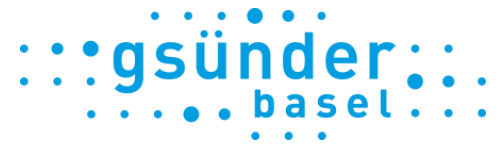


Boot Camp



Montag, 19:15 – 20:05, Erlenmattpark



Bewegung und Natur – das passt!

Gemeinsam lässt sich's leichter schwitzen! Trainieren Sie im Boot Camp Kraft und Koordination unter freiem Himmel. Die Infrastruktur im Park ermöglicht spielerische Übungen und garantiert ein abwechslungsreiches Training. Das gemeinsame Auspowern verbindet und schafft eine tolle Gruppenatmosphäre. Der Kurs ist als perfektes Workout am Feierabend für Frauen und Männer jeglichen Alters geeignet.

Ausrüstung: Der Witterung angepasste Sportbekleidung und Turnschuhe. Der Kurs findet bei jeder Witterung statt. Bitte bereits umgezogen am Treffpunkt erscheinen. Es ist keine Garderobe vorhanden.

- Kursleitung: Luca Maini (dipl. Bewegungspädagoge)
- Kursdauer: 03.05.21 – 28.06.21 (Fortsetzung nach Sommerferien geplant)
- Kurskosten: CHF 160.- (8 Lektionen) oder verbleibende Lektionen ab Eintrittsdatum zzgl. Bearbeitungsgebühr mit Rechnung

Infos und Kontakt unter:

www.gsuenderbasel.ch

Tel: 061 551 01 20