

# Sommerprogramm 2025



## Aquagym:

Mittwoch, 9., 16., 23. Juli

Freitag, 11., 18., 25. Juli

Zeit: 10:00 - 10:45

Ort: Piscine Camping les Trois Lacs, Sugiez

Kosten: 15.-/Kurs, Anmeldung bis am Vorabend



## SUP Yogilates :

Sonntag, 22. Juni, Zeit: 10:00 - 11:15

Mittwoch, 9. Juli, Zeit: 18:15 - 19:30

Donnerstag, 10. Juli Vollmondtour

Zeit: 20:30 - 22:00 (kostenlos)

Donnerstag, 17. Juli, Zeit: 18:15 - 19:30

Ort: Nant Beach (centre nautique O'Lac)

Kosten: 22.-/Kurs, Anmeldung bis am Vorabend  
(Brettmiete Fr. 20.- vor Ort möglich)

## Gymnastik am See:



Dienstag, 15. Juli

Dienstag, 22. Juli

Zeit: 8:45 - 9:45

Ort: Badeplatz Sugiez

Kosten: 15.-/Kurs

Anmeldung bis am Vorabend



## TRX Training, Atelier de Gym:

(Route de la Gare 4, Sugiez)

Dienstag, 8. Juli

Zeit: 18:30 - 19:30

Kosten: 15.-, Anmeldung bis am Vorabend

**Leitung, Infos & Anmeldung: Karin Walther - 076 335 99 20 - [www.karinbewegt.ch](http://www.karinbewegt.ch)**

- Die SUP-Kurse sowie die Kurse am See werden bei schlechten Bedingungen spätestens 75 Min. vor Kursbeginn annulliert. Das Aquagym findet bei jeder Witterung statt.
- Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer/innen.
- Für alle weiteren Infos stehe ich dir gerne persönlich zur Verfügung.

**Ich freue mich auf deine Teilnahme!**