

8. SVKT Bewegungs- und Erlebnisevent in Hünenberg

Am 8. SVKT Bewegungs- und Erlebnisevent bieten wir dir ein vielseitiges Programm aus den Bereichen Tanz, Fitness, Gesundheit und Outdoor: Wähle deine 7 Favoriten aus 17 unterschiedlichen Bewegungsangeboten! Wie bereits bei der letzten Austragung kannst du sogar deine esa Erwachsenenportankererkennung am Bewegungsevent verlängern: Einfach beide esa-Pflichtmodule und 6 weitere Angebote nach Wahl besuchen und deine esa-Leiteranererkennung ist wieder für 2 Jahre aktiv!

Datum: Samstag, 13.05.2023

Wer: Sportbegeisterte Personen ab 16 Jahren

Ort: Schulhaus Eichmatt, Eichmattstrasse 11, 6333 Hünenberg

Zeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Outdoor
9.00 - 9.35	Good Morning Workout		esa MF Pflichtmodul	
9.45 - 10.40	M.A.X	Spielerisches Krafttraining	Core Training	
10.50 - 11.45	Funtone		Antara	
11.55 - 12.50	Dynamic Training (ev. outdoor)	Balancetraining	Pilates	
12.50 - 13.30	Zmittag			
13.30 - 14.25	Fitness Dance	Functional Bodyweight Training	Smart Abs	Wanderung
14.35 - 15.30	Intervalltraining (ev. outdoor)	Step Aerobic	Faszientraining	
15.40 - 16.30	Feel your Body – Stretch & Relax			
16.30 - 17.00			esa MF Pflichtmodul	

Eine detaillierte Beschreibung der Angebote sowie das Anmeldeformular findest du unter www.svkt.ch → News → 8. SVKT Bewegungs- und Erlebnisevent

Kosten:

Tagespauschale Erwachsene inkl. Birchermüesli und Brötli zum Zmittag CHF 80.-

Tagespauschale esa MF inkl. Birchermüesli und Brötli zum Zmittag CHF 110.-

Halbtags CHF 50.-

Einzeltritt 1 Lektion CHF 15.-

Teilnahme ohne Voranmeldung je nach Platz möglich, Zuschlag Tageskasse CHF 5.-

Anmeldeschluss: 12.03.2023

