

# EAGLEYE Academy



## Aqua Balance

Das sturzpräventive Training im Wasser hilft dabei, lange mobil und unabhängig zu bleiben. Trainingsfokus liegt auf Kraft, Gleichgewicht und den koordinativen Fähigkeiten.

### Aqua Balance Trainings Januar - Sommerferien 2021

Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Wer möchte, kann beim Start und danach in regelmässigen Abständen einen Balance- und Mobilitätstest absolvieren und damit seine Fortschritte dokumentieren.

Montag	10:00 - 10:45 Uhr	Januar: 04/11/18/25 Februar: 01/08/15 März: 08/15/22 April: 19/26 (09:00 - 09:45 Uhr) Mai: 17/31 Jun: 07/14	<b>Kursort:</b> Hallenbad im Sport Resort
Freitag	10:00 - 10:45 Uhr	Januar: 08/15/22/29 Februar: 05/12/19 März: 12 (09:00 - 09:45 Uhr)/26 April: 09/16/23 Mai: 21/28 Jun: 04/11/18	<b>Konditionen:</b> . 1 Training = 45 Minuten . Einzeltraining: CHF 21.00 . 10-er Abo: CHF 169.00 . exkl. Eintritte

### Beratung / Anmeldung:

Annette von Mandach  
+41 79 250 12 56  
annette@eagleye.ch

Krankenkassen anerkannt:

sicher stehen  
sichergehen.ch

qualitop