

Fitness Fusion - Jubiläum 60 Jahre FFS

DATUM 13.09.2025
ZEIT 1 x Sa 11:00 - 12:00
ORT i de fabrik Schwyz,
Laubstrasse 4, 6430 Schwyz,
Tschalun im EG

KURSNUMMER

252-8101

KURSLEITUNG

Brigitte Schilter

BESCHREIBUNG

Fitness Fusion ist ganzheitliches Körpertraining, eine Mischung von Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer. In diesem Kurs erwartet Sie ein umfassendes Fitnesstraining, das verschiedene Aspekte Ihrer körperlichen Fitness anspricht. Steigern Sie Ihre Kraft, verbessern Sie Ihre Koordination, erhöhen Sie Ihre Beweglichkeit und Ausdauer. Dieser Kurs bietet eine abwechslungsreiche und fordernde Erfahrung für alle, unabhängig vom aktuellen Fitnesslevel. Unsere qualifizierte Trainerin führt Sie durch eine Vielzahl von Übungen und Workouts, um sicherzustellen, dass Sie Ihre Fitnessziele erreichen und gleichzeitig Spass haben dabei.

KOSTEN

KURSPREIS

CHF

INFOS ZUM PREIS

Das Angebot ist kostenlos, die Anmeldung verbindlich. Bei Nichterscheinen wird ein Unkostenbeitrag von CHF 25.- in Rechnung gestellt.

WEITERE INFORMATIONEN

MITBRINGEN

Bequeme Sportkleidung, Sportschuhe, ein kleines Handtuch und eine Wasserflasche.

DATEN

Sa 13.09.2025 11:00 - 12:00





Verein FFS Erwachsenenbildung
Laubstrasse 4 · 6430 Schwyz
T 041 811 67 81 · eb@ffs-schwyz.ch

ffs-schwyz.ch/eb