



# Outdoor Training / Cours d'été

<b>Beschreibung</b>	Walking et renforcement musculaire en plein air par tous les temps. Faites de votre ville, votre centre de fitness !		
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Marche</li><li>• Exercices de renforcement musculaire en utilisant le mobilier urbain</li></ul>		
<b>Voraussetzung</b>	Aucun		
<b>Zielgruppe</b>	Tout public		
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Brûler des graisses</li><li>• Entraînement de la résistance</li><li>• Renforcement musculaire en utilisant les équipements urbains</li></ul>		
<b>Zusatzinfo</b>	Avoir de bonnes chaussures, prendre à boire		
<b>Datum</b>	22.07.2022 - 05.08.2022 / E_1595087		
<b>Zeit</b>	12:15 - 13:15 h		
<b>Wochentage</b>	Fr		
<b>Dauer</b>	3 Kurstag(e). Total 3.00 Lektion(en) à 50 Minuten		
<b>Preis</b>	CHF 42.00		
<b>Durchführungsort</b>	Hors de l'école, 2000 Neuchâtel		
<b>Termine</b>	<b>Tag</b>	<b>Datum</b>	<b>Zeit</b>
	1 Fr	22.07.2022	12:15 - 13:15
	2 Fr	29.07.2022	12:15 - 13:15
	3 Fr	05.08.2022	12:15 - 13:15

**Ecole-club Migros Neuchâtel** Tel. +41 58 568 83 50

Rue du Musée 3  
2000 Neuchâtel

[ecole-club.neuchatel@migrosnf.ch](mailto:ecole-club.neuchatel@migrosnf.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

