



Indoor Cycling



Garantierte Durchführung

Beschreibung

Sie möchten schnell in Form kommen und gleichzeitig Spass haben. Im Kurs Indoor Cycling trainieren Sie auf einem stationären Bike zu motivierender Musik Ihre Kondition. Gleichzeitig kräftigen Sie Ihre Bein-, Arm-, Schulter-, Bauch- und Nackenmuskulatur. Anfänger erhalten eine Einführung in den Umgang mit den Spezialrädern.

- Dieser Kurs ist von Qualitop anerkannt. Sie haben dadurch die Möglichkeit über Ihre Krankenkasse einen Beitrag an die Kurskosten geltend zu machen, wenn Sie über eine entsprechende Zusatzversicherung verfügen. Weitere Infos: qualitop.ch

Zusatzinfo

Sie möchten mehr wissen oder einen konkreten Einblick erhalten? Kontaktieren Sie uns, wir reservieren Ihnen gerne einen Platz für eine Probelektion.

Datum

26.10.2022 - 21.12.2022 / E_1611506

Zeit

18:00 - 18:50 h

Wochentage

Mi

Dauer

9 Kurstag(e). Total 9.00 Lektion(en) à 50 Minuten

Preis

CHF 144.00

Durchführungsort

Sportanlage Gründenmoos, Gründenstrasse 34, 9015 St. Gallen

Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Mi	26.10.2022	18:00 - 18:50
2 Mi	02.11.2022	18:00 - 18:50
3 Mi	09.11.2022	18:00 - 18:50
4 Mi	16.11.2022	18:00 - 18:50
5 Mi	23.11.2022	18:00 - 18:50
6 Mi	30.11.2022	18:00 - 18:50
7 Mi	07.12.2022	18:00 - 18:50
8 Mi	14.12.2022	18:00 - 18:50
9 Mi	21.12.2022	18:00 - 18:50

Klubschule Migros St. Gallen Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2
9000 St. Gallen

info.sg@gmos.ch
klubschule.ch

