Sommer- Off-Ice 25

Sommer Off-Ice

Mi 14.05.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 21.05.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 28.05.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 04.06.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 11.06.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 18.06.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 25.06.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 02.07.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 20.08.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 27.08.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 03.09.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 10.09.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 17.09.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 24.09.2025	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00

Kosten:

- ✓ Bis & mit 3* 1h CHF 120.00 (jedes weitere Familien-Mitglied CHF 60.00)
- ✓ ab 4* 1.5 h CHF 150.00 (jedes weitere Familien-Mitglied CHF 75.00)

Ausrüstung:

- ✓ Hallenturnschuhe
- ✓ Aussenturnschuhe
- ✓ Turnbekleidung
- ✓ Springseil
- ✓ Terraband
- ✓ Haare bitte zusammengebunden

Was machen wir im Off-Ice:

- ✓ Kondition
- ✓ Koordination
- ✓ Eislaufübungen
- ✓ Beweglichkeit
- ✓ Kraft
- ✓ Haltung
- ✓ Polysportives
- ✓ Ballett

Anmeldung für das Sommer Off-Ice 2025 bis **spätestens 30. April 2025** an trainerteam@ec-kuessnacht.ch