

Sommer- Off-Ice 23

Sommer Off-Ice

Mi 17.05.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 24.05.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 31.05.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 07.06.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 14.06.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 21.06.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 28.06.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 05.07.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 23.08.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 30.08.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 06.09.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 13.09.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 20.09.2023	18.30 – 19.30	18.30 – 20.00
Mi 27.09.2023	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
- ✓ Haare bitte zusammengebunden

Was machen wir im Off-Ice:

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

Anmeldung für das Sommer Off-Ice 2023 bis **spätestens 30. April 2023** an trainerteam@ec-kuessnacht.ch