

AQUAFITNESS

SDS 
Swiss Deaf Sport

MITTWOCH

20.08. - 17.12.2025

18.00 - 18.45 FIT IM WASSER

18.45 - 19.30 AQUA POWER TRAINING

**SCHULSCHWIMMANLAGE BUHN
HÖHENRING 34, ZÜRICH**

KURSLEITUNG:

Martina Hertig, Ganzheitliche Therapeutin & Aquafitleiterin

Rosi Jehli Schwimmlehrerin & Aquafitleiterin

AQUAFITNESS - TRAINING FÜR ALLE LEISTUNGSTUFEN

Ein vielseitiges Aufbau- und Regenerationstraining -
geeignet für alle, vom Einsteiger bis zum Leistungssportler.

Der Unterricht wird mehrsprachig angeboten - für ein
inklusives Miteinander: Gebärdensprache, LGB und
Lautsprache.

FRAGEN DAZU?

AquaFit Trainerin, Martina Hertig gibt gerne Auskunft:
076 321.55.50



UPDATE
fitness