



Frauenbund Adligenswil

Das hochelastische
Minitrampolin

bellicon® - Trampolin Fitness



Zwischen Erdanziehung und Schwerelosigkeit liegt das bellicon®; es lässt die Schwerkraft für Dich arbeiten. Bei jedem Schwingen wirken wechselnde Kräfte von der vierfachen Erdanziehung bis zur Schwerelosigkeit auf den Körper. Dadurch wird jeder Muskel, jede Faser, jede Zelle aktiviert. Es ist so elastisch konstruiert, dass bei maximaler Wirkung nur minimale Belastung auf die Gelenke und den Körper besteht.

Datum/Zeit	Donnerstag, vom 26. August bis 30. September 2021 08.30 – 09.30 / 10.00 – 11.00 / 18.45 – 19.45 Uhr
	Freitag, vom 27. August bis 1. Oktober 2021 10.00 – 11.00 / 14.00 – 15.00 / 18.00 – 19.00 Uhr
Ort	moveilio, Atelier für Bewegung Sagihof 11, Adligenswil
Kosten	CHF 138 für 6 Lektionen Nichtmitglieder plus CHF 20
Anmeldung	Bis 19. August 2021
Auskunft	Heidy Forster, 079 432 89 94 heidy.forster@frauenbund-adligenswil.ch

www.frauenbund-adligenswil.ch