

ANGEBOT (Sommer April-November)

Tag	Uhrzeit	Ort	Trainingsgruppe/-art
Dienstag	9:00 Uhr	Hallenbad Frutigen	Widifit AQUA
Dienstag	10:00 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Senioren Gymnastik und Krafttraining
Dienstag	14:45 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Senioren und Stufe 1 Gymnastik und Krafttraining
Dienstag	17:45 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Stufe 2 Gymnastik und Krafttraining
Dienstag	18:30 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Stufe 2 Gymnastik und Krafttraining
Dienstag	19.30 Uhr	Hallenbad Frutigen	Herzgruppe Stufe 2 Aquafit
Donnerstag	17.30 Uhr	Parkplatz Migros	Herzgruppe Stufe 1 Nordic Walking
Donnerstag	18.30 Uhr	Parkplatz Migros	Herzgruppe Stufe 2 Nordic Walking

ANGEBOT (Winter November-April)

Tag	Uhrzeit	Ort	Trainingsgruppe/-art
Dienstag	9:00 Uhr	Hallenbad Frutigen	Widifit AQUA
Dienstag	10:00 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Senioren Gymnastik und Krafttraining
Dienstag	14:45 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Stufe 1 und Senioren Gymnastik und Krafttraining
Dienstag	17:45 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Stufe 2 Gymnastik und Krafttraining
Dienstag	18:30 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Stufe 2 Gymnastik und Krafttraining
Dienstag	19.30 Uhr	Hallenbad Frutigen	Herzgruppe Stufe 2 Aquafit
Donnerstag	17.30 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Stufe 1 Kraft- und Ausdauertraining
Donnerstag	18.30 Uhr	Widi-Fit	Herzgruppe Stufe 2 Kraft- und Ausdauertraining

Preise

Jahresabo 1-mal Wöchentlich	480 CHF
Jahresabo 2-mal Wöchentlich	750 CHF
20er Stempelkarte	240 CHF
10er Stempelkarte	150 CHF
Selbsthilfe-Gruppe	20 CHF pro Jahr (Jahresbeitrag)
Hallenbadeintritt	20 Eintritte für 126 CHF (Stempelkarte) (Einheimische mit der PLZ 3714 und 3725 20 Eintritte für 112CHF)