

FITNESS/AEROBIC

Montags, 19.00 h



Au am Montag häts afangs Jahr gheisse mit Maske turne, will nöd alli Geimpft, Genese oder Boostered gsii sind. Doch im Gägesatz zum Donnstig händ mer schneller zum normale Aerobicbetrieb zrugge funde.

Alli sind motiviert gsii und händ flexibel uf die jeweilige Richtlinie reagiert. Dennoch händ mer nach den zwoi Coronajahr einigi Abgäng z'verzeichnis gha, wo nöme zruggekehrt sind.

Meischt isch aber d'Montag-Stund guet bsuecht mit ufgestellte Fraue. S'Training macht viel Spass und es isch erscht no guet für eusi Gsundheit.

Im übrige chönnt alli Aktivmitglieder vom SATUS natürlich gratis von dere zwoite Trainings-Einheit profitiere.

23. Januar 2023