

Medienmitteilung

Fit werden in den Sportanlagen Chur

Am 16. August 2018 findet die letzte Lektion «Yoga im Wald» statt. Danach beginnt ab 20. August das Groupfitness-Angebot mit dem regulären Herbstprogramm. Der Krafraum, die Finnenbahn und der Kinderhort runden das Fitness-Angebot der Sportanlagen Chur ab.



Das trockene und warme Sommerwetter sorgte für eine erfreuliche Saison des Groupfitness-Angebots «Yoga im Wald», welches seit drei Jahren jeweils von Ende Mai bis Mitte August auf der Holzplattform im Wäldchen des Freibads Obere Au angeboten wird. Die letzte Lektion findet am 16. August statt.

Ab 20. August wird das Sommerangebot durch das reguläre Groupfitness-Programm abgelöst, welches dann in die Herbstsaison startet. Bis 21. Dezember werden montags bis freitags zwölf verschiedene Kurse angeboten, darunter Toso X, Bodytoning und Power Yoga. Alle Kurse können ohne Voranmeldung besucht werden. Der Eintritt in die Bäder ist übrigens im Groupfitness-Preis inbegriffen, so profitiert man gleich doppelt.

Montags bis freitags von 9-11 Uhr und dienstags und donnerstags von 14-16 Uhr wird in den Sportanlagen Obere Au zudem ein Kinderhort angeboten. Dieser darf von allen Besuchenden der Sportanlagen genutzt werden (nicht nur für Groupfitness-Kundinnen und Kunden) und ermöglicht damit eine konzentrierte Sparteinheit, während sich die Betreuerinnen um die Kinder kümmern.

Wer lieber selbständig an seiner Fitness arbeiten möchte, dem sei das Fitness in den Sportanlagen Obere Au empfohlen. Es bietet Geräte für Kraft- und Cardiotraining der Linien precor, Nautilus und Matrix, ist täglich geöffnet und auch hier sind die Bäder im Preis inbegriffen und Kundinnen und Kunden können vom Kinderhort profitieren. Für das Ausdauertraining bietet sich zudem die abends beleuchtete Finnenbahn in der Oberen Au an. Die weichen Holzschnitzel dämpfen den Auftritt und sorgen damit für ein wohltuendes Lauferlebnis. Die Nutzung der Finnenbahn ist ganzjährig möglich und kostenlos.

Für Fitness-Begeisterte bieten die Sportanlagen Chur diverse Kombipässe an, die z.T. schon für eine Dauer von nur drei Monaten erhältlich sind. So können zum Beispiel der Krafraum mit dem Groupfitness kombiniert werden oder das Groupfitness mit der Sauna. Bei allen Kombipässen dabei sind immer das Hallenbad, das Aquamarin Warmwasser-Erlebnisbad sowie die Freibäder.

Fit werden in den Sportanlagen Chur – das breite Fitness-Angebot macht's möglich! Die Instruktorinnen und Instrukturen sowie die Kinderhort-Betreuerinnen freuen sich auf Ihren Besuch.

Infobox

Yoga im Wald

Donnerstag, 16. August, 9 Uhr Letzte Lektion. Anmeldung bis zum Vortag unter 081 254 42 88

Groupfitness in der FitÄria

20. August bis 21. Dezember Montags bis freitags, Kurse gemäss Herbstprogramm
Ohne Anmeldung, Bäder inklusive

Fitness

Täglich geöffnet Mo-Mi 8-21.30 Uhr, Do 8-19.45 Uhr, Fr 8-21 Uhr, Sa/So 9-18 Uhr
ausser Neujahr, Ostersonntag und Weihnachten
Bäder inklusive

Finnenbahn

Ganzjährig, täglich geöffnet Kleine Runde 200m, grosse Runde 600m
Abends beleuchtet, kostenlos

Kinderhort

20. August bis 21. Dezember Mo-Fr 9-11 Uhr, Di/Do 14-16 Uhr
CHF 2.- pro Kind/Stunde

Kombipässe Fitness

«FitÄria»	Hallenbad, Aquamarin, Freibäder, Groupfitness
«Krafraum»	Hallenbad, Aquamarin, Freibäder, Fitness
«Fitness»	Hallenbad, Aquamarin, Freibäder, Fitness, Groupfitness
«Sport»	Hallenbad, Aquamarin, Freibäder, Fitness, Sauna 1+2
«Wellness»	Hallenbad, Aquamarin, Freibäder, Groupfitness, Sauna 1+2

Weitere Informationen und Preise

www.sportanlagenchur.ch

Bild: Groupfitness in den Sportanlagen Chur, © Sportanlagen Chur / Yvonne Bollhalder

Bilder, Fitness-Flyer, inkl. Kursprogramm: <https://1drv.ms/f/s!AoydnVNza-OkvHuD5u5yyr7aFtpR>

Eine Mitteilung von:

Raffael Mark, Leiter Sport- und Eventanlagen
Sportanlagen Chur
+41 81 254 42 81
raffael.mark@chur.ch
www.sportanlagenchur.ch

Chur, 15. August 2018