

## ✓ Wählen Sie das richtige Abo

	Aqua-Gym®, Aqua-Fit®	Aqua-Fit® Kappelenring (inkl. Eintritt)	Spezialkurse
<b>Normal-Abo</b>			
Jan.–April (12x)	243	303	277
April–Juli / Okt.–Dez. / Ittigen Feb.–April (10x)	208	258	237
Aug.–Sept. (6x)	134	164	153
<b>Spar-Abo</b>			
Aug.–Dez.-Abo (16 Lektionen) Fr. 35 Einsparung	307	387	350
Sept.–April Ittigen (20 Lektionen in zwei Quartalen) Fr. 47 Einsparung	369		421
Okt.–April oder Jan.–Juli (22 Lektionen in zwei Quartalen) Fr. 50 Einsparung	401	511	457
Jahresabo (38 Lektionen während einem Jahr) Fr. 144 Einsparung	649	839	740
Jahresabo Ittigen (36 Lektionen während einem Jahr) Fr. 140 Einsparung	618		
<b>Intensiv-Abo</b>			
Intensivquartal (beliebig oft in 10 / 12 Wochen)	352 / 411	441 / 518	401 / 468
Intensiv Aug.–Sept. (beliebig oft in 6 Wochen)	226	280	258
Intensiv Aug.–Dez. (beliebig oft in 16 Wochen)	519	662	591
Intensiv Okt.–April oder Jan.–Juli (beliebig oft in 20 / 22 Wochen)	624 / 678	802 / 874	711 / 773
Jahres intensiv (beliebig oft in einem Jahr von 38 Wochen)	1097	1435	1250

- Preise inkl. Badeintritt. Ausnahme: In den öffentlichen Bädern Hirschengraben und Wyler kommt der Badeintritt dazu.
- Aqua-Fit im Kappelenring für Eigentümer Kappelenring 12–16 exkl. Badeintritt (Preise in 1. Spalte)
- Weitere Abos (z.B. Intensiv-Abos) nach Absprache mit dem Sekretariat.

## ✓ Beachten Sie das Kleingedruckte

**Wiederanmeldung:** Melden Sie sich bis Mitte Quartal bei der Kursleiterin **fürs nächste Quartal** an. Damit sichern Sie sich Ihren Platz im Folgekurs. Sie erhalten vor Kursende eine Teilnahmebestätigung mit Rechnung (bitte bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn bezahlen).

**Aussetzen:** Sagen Sie Ihrer Leiterin, wenn Sie Pause machen. Wir nehmen Sie gerne auf die Interessiertenliste für spätere Kurse. Personen in laufenden Kursen haben immer Vorrang (Vorteil Jahres-Abo!).

**Unfallversicherung:** Bitte sorgen Sie für Ihren **Versicherungsschutz** gegen Unfälle und füllen Sie im Kurs den Gesundheitsfragebogen aus.

**Krank oder verletzt:** Eine Anrechnung an ein neues Abo ist ab 2 Wochen Abwesenheit möglich (diese Dienstleistung kostet Fr. 20.–). **Bedingungen:** Sie melden sich **sofort auf dem Sekretariat ab** und senden uns Ihr **Arztzeugnis im laufenden Quartal** (keine Rückerstattungen).

**Krankenkasse:** Wir machen Ihnen auf Wunsch **einmal pro Jahr (Ende Kurs!)** eine Bestätigung für Ihre Krankenkasse.

**Nachholen:** Wenn Sie einmal verhindert sind, können Sie eine **Ersatzperson** schicken. Sofern es genug Platz hat, ermöglichen wir Ihnen, verpasste Lektionen nachzuholen (Ausnahme: Kappelenring). Verpasste Lektionen können nur **während der Abo-Gültigkeit** kompensiert werden (kein Übertrag auf ein Folge-Abo!).

**Abmeldung:** Bitte melden Sie sich im Sekretariat oder bei der Leiterin, wenn Sie **im Kappelenring abwesend sind** oder nachholen wollen. In allen anderen Bädern ist eine Abmeldung nicht notwendig.

**Lektionsausfall:** Wenn Lektionen wegen **höherer Gewalt** ausfallen müssen (Panne im Bad, Unfall der LeiterIn, schlechtes Wetter bei Freibadkursen) besteht kein Anrecht auf eine Preisreduktion oder Rückvergütung. Wir bieten Ihnen Ausweich- und Nachholmöglichkeiten an.

**Rabatt:** Wir gewähren im gleichen Haushalt wohnenden Familienmitgliedern eine **Vergünstigung von 10 %**.

# ✓ Wählen Sie aus über 100 Kursen pro Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
0730 Büm			0700 Hgr c)	0850 Kap c)
0820 Büm			0820 Büm	0940 Kap c)
0910 Büm			0845 Itt	1030 Kap c)
0900 Itt	1120 Bau 4)	0900 Kap c)	0935 Itt	
0950 Itt	1215 Bau 4)	0950 Kap c)	1030 Itt	0855 Itt
0910 Nwa e)		1040 Kap c)		0950 Itt 2)
1000 Nwa e)	1215 Itt		1215 Hi	
1045 Nwa e)	1310 Itt		1215 Mü	1005 Nwa e)
1130 Nwa e)			1200 Bet 4)	1055 Nwa e)
1215 Nwa e)	1215 Mbu	1215 Mbu	1250 Bet 5)	1145 Nwa e)
1305 Nwa e)	1210 Büm		1210 Büm	1230 Nwa e)
	1300 Büm		1255 Büm	
1210 Büm				1220 Büm
1255 Büm				1215 Mbu
1600 Büm 3)				1215 Mü
1655 Büm	1655 Büm		1655 Büm	
1745 Büm	1805 Büm		1745 Büm	
1700 Kle	1855 Büm	1710 Büm		
1750 Kle	1710 Kle	1900 Büm	1650 Kle 3)	
1845 Kle	1800 Kle 2)	1950 Büm	1740 Kle	
1935 Kle	1900 Kle 6)		1830 Kle 2)	
2025 Kle	1800 Bet	1805 Hi	1925 Kle	
	1855 Bet	1855 Hi	1700 Mü	
1800 Mü	<b>1715 Wy c) h)</b>	1945 Hi	1750 Mü	
1855 Mü	1620 Hi 5)		1845 Mü	
1950 Mü	1715 Hi	1730 Kle 7)	1835 Nwa e)	Lektionsdauer: 45 Min.
	1815 Hi	1820 Kle 7)	1925 Nwa e)	<i>Fett-kursiv = Neuer Kurs</i>
1830 Hi	1910 Hi	1915 Kle		c) zuzüglich Badeintritt
1925 Hi		2005 Kle	1915 Hgr c)	d) wird ab 6 Personen durchgeführt
	1930 Itt			e) Bad ab Juli aufgrund Renovation geschlossen
	2020 Itt		1940 Mbu	
			2030 Mbu	
1940 Hgr c)	1930 Mü			h) 16.8.10 – 5.7.11
2030 Hgr c)	2020 Mü		2000 Itt	Änderungen vorbehalten.
1800 Wy c) h)				Die aktuellsten Kurszeiten:
1850 Wy c) h)			1845 Kap c)	<a href="http://www.aquateam.ch">www.aquateam.ch</a>
<b>1940 Wy c) h)</b>			1935 Kap c)	Std-Plan_2112.doc

➔ Der vorliegende Stundenplan ist gültig bis 8.7.2011.

## ➔ Das sind die verschiedenen Kurstypen

Standard-Kurse	
	Aqua-Gym im brusttiefen Wasser
	Aqua-Fit im Tiefwasser
Spezial-Kurse	
2)	Fit für 2 <sup>o</sup> , Aqua-Gym für Schwangere
3)	Aqua-Gym <sup>light</sup> , für Menschen mit Übergewicht
4)	Aqua-Gym <sup>piano</sup> , sanft und schonend
5)	Aqua-Rücken-Fit <sup>o</sup> , Rückenbeschwerden vorbeugen oder lindern
6)	Aqua-Power <sup>o</sup> , für Fitte, Fortgeschrittene und Junggebliebene
7)	Kraul-Kurs, die schönste Schwimmart lernen

## ➔ So finden Sie das Bad

<b>Bau = Domicil Baumgarten</b>	Bümplizstr. 159, 3018 Bern
<b>Bet = Bethlehemacker</b>	Schulhaus Bethlehemacker, Kornweg 109, 3027 Bern
<b>Büm = Sek. Bümpliz</b>	Sekundarschule Bümpliz, Bümplizstr. 152, 3018 Bern
<b>Hgr = Hirschengraben</b>	Öffentliches Hallenbad, Maulbeerstr. 14, 3011 Bern
<b>Hi = Hinterkappelen</b>	Oberstufenzentrum, Dorfstr. 4, 3032 Hinterkappelen
<b>HWe = Weyermannshaus</b>	Öffentliches Hallenbad, Stöckackerstr. 11, 3027 Bern
<b>Itt = Ittigen</b>	Quartierbad Chappelisacher, Kappelisackerstr. 77, 3063 Ittigen
<b>Kap = Kappelenring</b>	Bad im Kappelenring beim Kindergarten, hinter den Blöcken Nr. 12–16, Nähe Migros, 3032 Hinterkappelen
<b>Kle = Kleefeld</b>	Primarschule Kleefeld, Mädergutstr. 56, 3018 Bern
<b>Krs = Kehrsatz</b>	Schulhaus Selhofen, Selhofen 21, 3122 Kehrsatz
<b>Mbu = Münchenbuchsee</b>	Riedli-Bad Sekundarschule, Riedliweg 36, 3053 Münchenbuchsee
<b>Mü = Münsingen</b>	Primarschule, Schlossmattstr. 2, 3110 Münsingen
<b>Nwa = Niederwangen</b>	Schulbad, Juchstr. 1, 3172 Niederwangen
<b>Wy = Wylerbad</b>	Öffentliches Hallenbad, Scheibenstr. 65, 3014 Bern

Weitere Kurse in Grenchen, Lengnau und Pieterlen.

Wünschen Sie einen Plan eines Bades: [www.aquateam.ch](http://www.aquateam.ch) oder 031 990 10 00

## ➔ Das ist die Kursdauer (genaue Daten s. [www.aquateam.ch](http://www.aquateam.ch))

<b>Sommer, 10x:</b>	26. April–8. Juli 11 Kehrsatz: Aufgrund Renovation geschlossen Wyler: 26. April–29. Juni 11 (Mo 9x, Di 10x)
<b>Herbst, 6x:</b>	15. Aug.–23. Sept. 11 Wyler 15. Aug.–4. Okt. 11 (8x)
<b>Winter, 10x:</b>	17. Okt.–23. Dez. 11 Ittigen: 26. Sept.–2. Dez. 11 (10x)
<b>Frühling, 12x:</b>	9. Jan.–7. April 12 (Ausfall während der lokalen Sportwoche) Ittigen: 30. Jan.–7. April 12 (10x, kein Ausfall in der Sportwoche)