

AQUACURA ITTIGEN

Therapeutische Wassergymnastik

Wirksame und gelenkschonende Wassergymnastik hilft, die Mobilität zu verbessern. Trainieren Sie Ihre Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft und Koordination. Dank Auftrieb, Widerstand und Druck des Wassers werden Bewegungen anders erlebt als an Land.

Neuer Kurs vom 13. Aug. bis 5. Nov. 2026 (12x)



Jeweils Donnerstag

(ausgenommen 1. Oktober 2026)

von 17.30 - 18.00 Uhr

von 18.00 - 18.30 Uhr

Residenz Talgut
Talgutzentrum 34
3063 Ittigen

Kosten: Mitglieder CHF 18.- / Nichtmitglieder CHF 20.- pro Lektion exkl. 8.1 % MWST

Information und Anmeldung

Tel. 031 311 00 06

kurse.be@rheumaliga.ch

www.rheumaliga.ch/be



**Rheumaliga Bern
und Oberwallis**
Bewusst bewegt