

Parking

Die Parkplätze sind sehr beschränkt. Bitte Fahrgemeinschaften bilden.

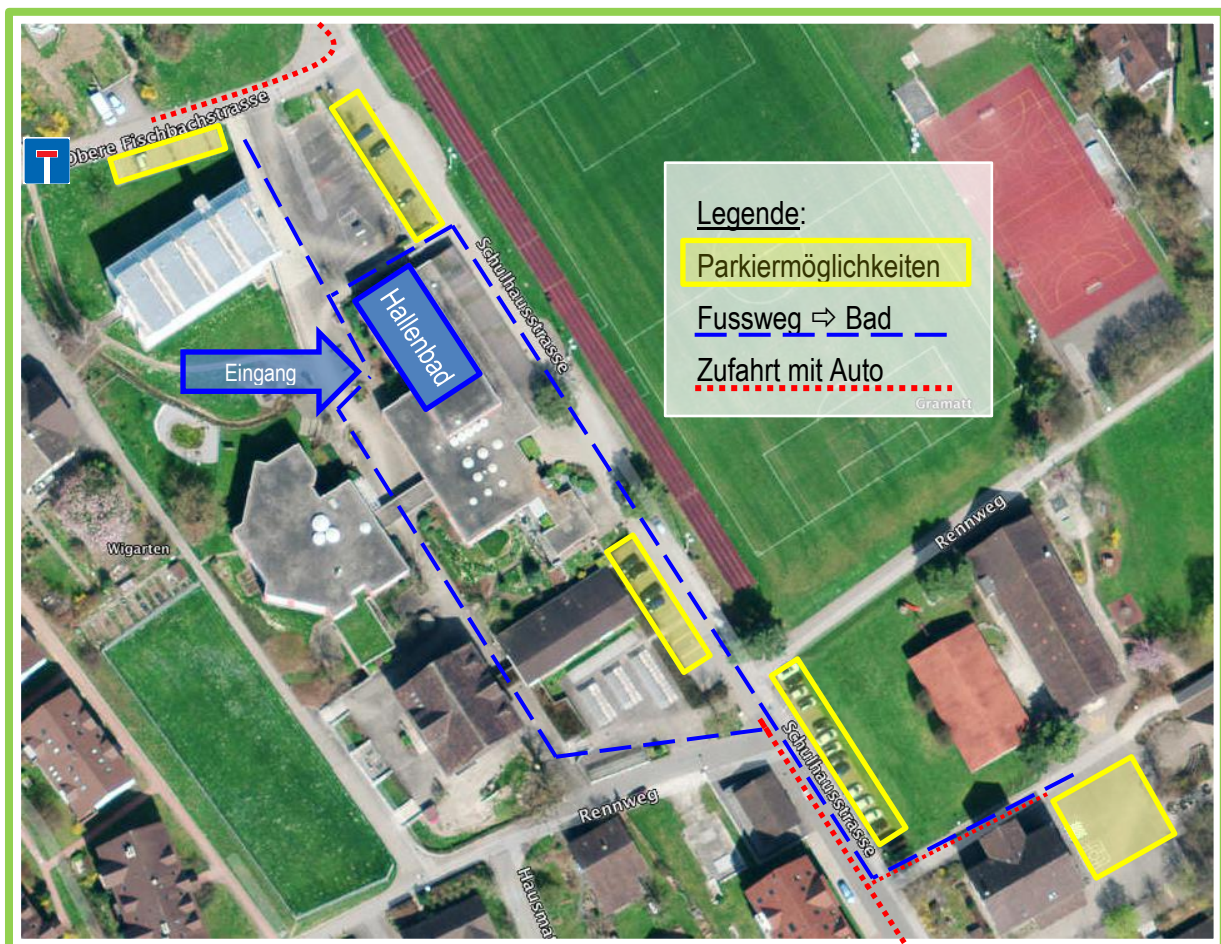
Parkiermöglichkeiten beim Schulhaus:

- Benützen Sie Parkfelder (unten gelb eingezeichnet).
- Bitte beachten Sie die Schilder vor Ort.
- Parkieren Sie nicht auf privaten oder reservierten Plätzen.

➔ = Zufahrt von Hauptstrassen

Weitere Parkplätze in Gehdistanz:

- P1** Dorzentrum hinter Volg
- P2** Neuapostolische Kirche



Treffpunkt

Bei Ihrem ersten Termin melden Sie sich bitte zehn Minuten vor Trainingsbeginn umgezogen im Bad bei der Kursleitung. So bleibt genügend Zeit um allfällige Fragen zu klären.

Mitbringen

- Schwimmbekleidung und Frottiertuch
- Badeschuhe sind empfohlen (Rutschgefahr).
- Zwei-Franken-Stück für Garderobenschrank (Schlüsseldepot)
- Eine Kopfbedeckung ist freiwillig.

Garderobe

- Kleider und Taschen deponieren Sie bitte in der Garderobe.
- Sollten die abschliessbaren Spinde belegt sein, nehmen Sie Ihre Wertsachen mit ins Bad. Die Eingangstüren zu den Garderoben sind während des Trainings nicht abgeschlossen.
- Ihr Frottiertuch, Brillen, Hörgeräte dürfen Sie in jedem Falle im Bad deponieren.

Hallenbadzutritt

- Der alleinige Aufenthalt im Hallenbad ist untersagt.
- Bitte betreten Sie das Bad erst, wenn die Kursleitung anwesend ist.

Trainingshilfsmittel / Auftriebshilfen / Aqua-Shirts

Trainingshilfsmittel (Pool-Noodle, Schwimmbrett, Schaumstoffhanteln, etc.) sowie Auftriebshilfen für das Training im Tiefwasser (Aqua-Gurte, Auftriebshosen) werden zur Verfügung gestellt. Die Benützung ist im Kursgeld enthalten.

Falls Sie persönliche Ausrüstungsgegenstände für sich oder zum Verschenken erwerben möchten, erkundigen Sie sich bitte bei der Kursleitung. Nutzen Sie unsere kostenlosen Testmöglichkeiten.

Aus unserem Sortiment:



Aquafitness-Gurt



AquaFit-Trainer



AquaFit-Sport



Aqua-Shirt Lycra



Aqua-Shirt Neopren

Teilnehmende, die im Wasser leicht frieren, tragen von Vorteil ein Aqua-Shirt aus Lycra oder Neopren. Einzelheiten zu allen Produkten finden Sie auf www.martin-zurbruggen.ch > Shop > Shop Aqua-Artikel.