



Nordwestschweizerisches
Kunstturn- und Trampolinzentrum Liestal

NKL - individuell gefördert zum Ziel



Follow us on
Instagram



Find us on
Facebook

Tramp4Fit (Trampolin für Erwachsene)

Für Erwachsene, die Spass am Trampolinspringen haben und die Sportart gerne näher kennenlernen möchten sowie ihren Körper fit halten und stärken wollen.

Ziel Vermitteln der Grundlagen des Trampolinturnens. Sicheres Erlernen von Basissprüngen. Beweglichkeits-, Kraft-, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen sind weitere wichtige Bestandteile des Kurses.

Wer Erwachsene zwischen 18 und 65 Jahren
Keine Vorkenntnisse notwendig

Wann Jeweils an einem Donnerstag, 18.45 – 20.15 Uhr

Daten 13.08./ 20.08./ 27.08./ 03.09./ 10.09./ 17.09./ 08.10./ 15.10./ 22.10./ 29.10./
05.11./ 12.11./ 19.11./ 26.11./ 03.12./ 10.12./ 17.12.

Ort Halle Rosen 2
Rosenstrasse 21
4410 Liestal

Kosten 480.— pro 15er Abo
350.— pro 10er Abo
190.— pro 5er Abo
40.— pro Einzeltraining



Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Melden Sie sich mit dem Anmeldetail an.

Bei Fragen helfen wir gerne weiter:

061 599 25 67

info@nkl-liestal.ch

Für mehr Informationen besuchen Sie unsere Webseite.

www.nkl-liestal.ch



Nordwestschweizerisches
Kunstturn- und Trampolinzentrum Liestal

NKL - individuell gefördert zum Ziel



Follow us on
Instagram



Find us on
Facebook

So finden Sie uns in Liestal



1
Sport- und Gesundheits-
zentrum Rosen
Kunstturnerhalle Rosen 1
Rosenstrasse 12
4410 Liestal

2
Sport- und Gesundheits-
zentrum Rosen
Trampolin- und Kinder-
Turnhallen Rosen 2 - 4
Rosenstrasse 21
4410 Liestal

3
Sportzentrum Schauenburg
Kunstturnerinnenhalle
Schauenburgerstrasse 3
4410 Liestal

Sekretariat
Tel.
E-Mail
Webseite
Facebook
Instagram

Rosen 1, Rosenstrasse 12, 4410 Liestal
061 599 25 67
info@nkl-liestal.ch
www.nkl-liestal.ch
@nkliest
@nkl_liestal