

Erwachsenensport im NKL



@nkl_liestal



@nkliiest



Nordwestschweizerisches
Kunstturn- und Trampolinzentrum Liestal

NKL - individuell gefördert zum Ziel

Erwachsenensport im NKL

Fit-Gym

Ziel Ausdauerprogramm mit Koordinations-, Beweglichkeits- und Krafttraining
Wann Montag: 20.00 - 21.00 Uhr
Kosten CHF 340.— / Halbjahr
Ort Rosen 4, Rosenstrasse 21, 4410 Liestal

Rücken-Gym

Ziel Rücken-, Haltungs-, und Entspannungstraining
Wann Montag: 18.45 - 19.45 Uhr, Dienstag: 08.30 - 09.30 Uhr
Kosten CHF 340.— / Halbjahr
Ort Rosen 4, Rosenstrasse 21, 4410 Liestal

Aktiv-Fit

Ziel Koordinations-, Kraftausdauer- und Beweglichkeitstraining
Wann Montag: 08.00 - 09.30 Uhr, Mittwoch: 08.30 - 10.00 Uhr
Donnerstag: 08.00 - 09.30 Uhr
Kosten CHF 400.— / Halbjahr
Ort Rosen 4, Rosenstrasse 21, 4410 Liestal



Mehr über uns und unsere Angebote unter
www.nkl-liestal.ch

Wir sind auch telefonisch erreichbar unter
061 599 25 67 oder per E-Mail unter
info@nkl-liestal.ch



SCAN ME!