

20 Jahre Aqua Team Bern: Das Jubiläumsjahr

Der Jubiläumsauftritt des Aqua Team Bern bildet das Aquafestival vom 8. September. Das Kursleitungsteam organisiert während drei Stunden in acht Bädern spannende Lektionen zum Ausprobieren.

Während einem dreimonatigen Ferienaufenthalt im Jahr 1993 in Down Under (Australien) entwickelten die beiden frisch diplomierten Berner Sportlehrer Edith Locher und Matthias Brunner 1993 eine neue Sportart. Doch Schwimmen schien technisch zu schwierig, um einfach mal so im Alltag fit zu werden. Darum erfanden die beiden kurzerhand das Aqua-Gym. Die genial-einfache Idee, die positive Wirkung des Wassers aufrecht statt schwimmend zu nutzen, hat bis heute ihre Kraft behalten.

Grösster Wasserfitness-Kursbetrieb

Die beiden Pioniere der Wasserfitness gründeten daraufhin das Aquateam Bern. Und was im Januar 1994 mit vier Aqua-Gym-Kursen im brusttiefen Wasser begann, ist 20 Jahre später zum grössten Wasserfitness-Kursbetrieb der Schweiz herangewachsen. Mit acht Kursformaten, 130 Kursen in 16 verschiedenen Bädern in und



Wasserfitness schont und entlastet die Gelenke. Der Widerstand des Wassers macht stark und fit. ZVG

um Bern begeistert das 35-köpfige Kursleitungsteam Woche für Woche rund 1400 Kursteilnehmende. Ein Grossteil davon begleitet das Aquateam schon seit vielen Jahren.

Viele Jubiläumsveranstaltungen

Ob jung oder alt, Mann oder Frau, dick oder dünn sowie Wasserfitness-Kenner oder -Neulinge, alle lädt das Aquateam dazu ein, im Kursjahr 2013/2014 mit vielen Jubiläumsevents, Aktionen und Über-

raschungen rund um die Wasserfitness das 20. Jubiläum zu feiern.

Spannende Lektionen zum Ausprobieren

Jubiläumsjahr-Auftakt bildet das Aquafestival am 8. September, von 14.00 bis 17.00 Uhr. Das Kursleitungsteam organisiert während drei Stunden in acht Bädern spannende Lektionen zum Ausprobieren. Von sanfter Wasserfitness bis hin zu Power-Kursen mit Trainingsgeräten. Jeder Wasserfan sollte sich diesen Tag reservieren

und in einem Bad seiner Nähe (Bern-Bümppliz, Hinterkappelen, Ittigen, Kappelenring, Kehrsatz, Niederwangen, Münchenbuchsee, Freibad Münsingen) mit Freunden, Familie oder Bekannten den Spass der Wasserfitness erleben.

Alle Informationen rund um das Jubiläumsjahr und die Jubiläumsaktivitäten sowie zu den Kursen oder zum Aquateam Bern können aktuell auf www.aquateam.ch nachgelesen werden.