Stundenplan gültig ab 02.11.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
0845 Ae a)		0825 Güm	0845 Itt	0945 Güm c)
0935 Ae a) c)		0910 Güm c)	0935 Itt c)	1030 Güm
1025 Ae a)			1025 Itt	0900 Itt
0945 Güm				0945 Itt
0900 Itt c)				0930 Wy a) c)
0945 Itt c)				1020 Wy a) c)
1000 Ste a)				1110 Wy a)
	1215 Mbu c)	1215 Bet c)	1215 Hi c)	0800 Nwa
1200 Gäb	1225 Mü	1300 Bet	1215 Mbu c)	0850 Nwa
1245 Gäb		1230 Krs c)	1105 Mü c)	0940 Nwa
1215 Hi c)		1215 Mbu c)		1030 Nwa c)
1210 Nwa c)	1630 Nwa c)	1215 Nwa		1130 Nwa
1255 Nwa	1720 Nwa c)			1220 Nwa
	1810 Nwa c)			1230 Ste a)
1730 Bet c)		1815 Hi	1730 Büm c)	
1820 Bet	1845 Bet	1900 Hi	1815 Büm c)	
1910 Bet	1800 Hi c)		1735 Nwa	
1845 Hi	1845 Hi		1825 Nwa	
1930 Hi	1930 Itt c)		1915 Nwa	
	2015 Itt			
1845 Mü c)	1845 Krs			
1930 Mü	1930 Krs		1945 Mbu	
2005 Nwa	1935 Mü		2030 Mbu	
2000 Wy a) c)	2020 Mü			

Lektionsdauer:
45 Min.

a) Zuzüglich Badeintritt

b) Findet ab 6 Anmeldungen statt. Warteliste möglich.

c) Ausgebucht, kein Vor- oder Nachholen

Änderungen vorbehalten.

Stand: 07.08.2026

Kursformate

Standard-Kurse	
	Ohne Füllung = **AquaGym®**: das effiziente Fitness-Training im stehtiefen Wasser
	Dunkelblaue Füllung = **AquaFit®**: das vielseitige Tiefwasser-Training mit Weste oder Gurt

Kursorte

Ae = Hallenbad Aeschi	Mülenenstrasse 4, 3703 Aeschi b. Spiez
Bet = Bethlehemacker	Primarschule Bethlehemacker, Kornweg 101, 3027 Bern
Büm = Sek. Bümpliz	Sekundarschule Bümpliz, Bümplizstrasse 152, 3018 Bern
Güm = Gümligen	Schul- und Sportanlage Melchenbühl Bersetweg 21, 3073 Gümligen *(Sanierung April - Oktober 2025)*
Hi = Hinterkappelen	Oberstufenzentrum, Dorfstrasse 4, 3032 Hinterkappelen
Itt = Ittigen	Quartierbad Kappelisacker, Kappelisackerstrasse 77 3063 Ittigen
Krs = Kehrsatz	Schulhaus Selhofen, Selhofen 21, 3122 Kehrsatz
Mbu = Münchenbuchsee	Riedli-Bad Sekundarschule, Riedliweg 36 3053 Münchenbuchsee
Mü = Münsingen	Primarschule, Schlossmattstrasse 2, 3110 Münsingen
Nwa = Niederwangen	Primarschule, Juchstrasse 1, 3172 Niederwangen
Ste = Stettlen	Hallenbad Stettlen, Bleichestrasse 1, 3066 Stettlen *(neue Kurse ab Mai 2025)*
Wy = Wylerbad	Öffentliches Hallenbad, Scheibenstrasse 65, 3014 Bern

Die Kurse finden quartalsweise statt, die Dauer der einzelnen Quartale richtet sich nach den Schulferien der Gemeinden.

Rheumaliga Bern und Oberwallis
Holzikofenweg 22
3007 Bern
031 311 00 06 / kurse.be@rheumaliga.ch

QC QualiCert CERTIFIED QUALITY