



Boulder-Kurse im Alten Spital Solothurn

Für alle Mitarbeitenden der
Kantonalen Verwaltung

Bouldern ist Klettern ohne
Seilsicherung in Absprunghöhe.
Ideales Körpertraining für
Kondition, Kraft sowie
Koordination.

Kurs Montag 4.3. / 11.3. / 18.3. / 25.3.2019
unter der Leitung von Jano Böhlen

Kurs Freitag 8.3. / 15.3. / 22.3. / 29.3.2019
unter der Leitung von Jasmine Blaser

Zeit 11.45 Uhr bis 13.00 Uhr
Treffpunkt jeweils um 11.45 Uhr beim Empfang des
Alten Spitals Solothurn, Oberer Winkel 2, Solothurn

Sie erhalten von uns Boulderfinken zum Klettern. Wir empfehlen
bequeme Kleidung. Es hat eine Garderobe zum Umziehen und
ebenfalls eine Duschkmöglichkeit.

Anmeldung bis spätestens 1. Februar 2019 an so.gsund@fd.so.ch,
Astrid Szélpal, Personalamt.

Teilnehmerzahl von maximal 12 Personen je Kurs.