

A2509602 Aquafitness

| | |
|-------------|--|
| Beginn | Mittwoch, 29.01.2025, 18:00 - 19:00 Uhr |
| Kursgebühr | 76,50 € inkl. Badnutzung |
| Dauer | 15 Termine |
| Kursleitung | Ulrich Cilimba |
| Kursort | , Schulstraße 13, 51580 Reichshof- Wildbergerhütte |

Auftrieb, Druck und Widerstand des Wassers sind optimal, um Muskeln zu lockern, zu dehnen und zu kräftigen. Der Trainingseffekt im Wasser ist fünfmal höher als bei Trockenübungen.
Erlernen Sie in diesem Aquafitness-Kurs Übungen, die helfen Ihr Körpergefühl zu verbessern und überschüssigen Pfunden zu Leibe zu rücken.

Die Badnutzung ist in der Kursgebühr enthalten.
Bitte beachten Sie, dass das Becken nicht barrierefrei zugänglich ist: Der Ein- und Ausstieg in das Schwimmbecken muss über eine in die Wand eingelassene Treppe erfolgen.

Termine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|------------|-------------------|---|
| 29.01.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 05.02.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 12.02.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 19.02.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 26.02.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 05.03.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 12.03.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 19.03.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 26.03.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 02.04.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 09.04.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 30.04.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 07.05.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 14.05.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |
| 21.05.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof |