

Aqua-Fitness

Nur für sichere Schwimmer/-innen

Wir kräftigen alle großen Muskelgruppen und trainieren Ausdauer und Koordination; Herz-Kreislaufsystem und Fettverbrennung werden in Schwung gebracht - und das alles bei einer im Tiefwasser besonders geringen Belastung für Wirbelsäule und Gelenke.

Kurs-Nr.	96-610 (Semester: 1/24)
Dozentin/Dozent	Birgit Schulte
Daten und Kosten	Freitag, 19.04.2024, 17:00 - 17:45 Uhr
	31,70 Euro zzgl. Eintritt
Veranstaltungsort	Hallenbad Twist-Mitte Am Hallenbad 1, 49767 Twist
	Nicht rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Margret Korte

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
19.04.2024	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
26.04.2024	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
03.05.2024	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
24.05.2024	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
31.05.2024	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
07.06.2024	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
21.06.2024	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte