

# Aqua-Fitness für alle Größen

**Warmwassergymnastik für Schwimmer\*innen und Nichtschwimmer\*innen von XS bis XXL.** Das Wasser ist unser aktiver Trainingspartner. Ich möchte Sie einladen, dieses abwechslungsreiche Training zu erleben. Die Übungen sind insbesondere auch für Frauen geeignet, die keine oder wenig Erfahrungen mit Wassergymnastik haben. Jede Stunde ist neu und lebendig, so dass keine Langeweile aufkommt.

|                                       |                                                                                        |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Kurs-Nr.                              | 96-206 (Semester: 2/25)                                                                |
| Dozentin/Dozent                       | Marianne Lübbers                                                                       |
| Daten und Kosten                      | Dienstag, 28.10.2025, 16:00 - 16:30 Uhr                                                |
|                                       | 63,80 Euro<br>incl. Eintritt                                                           |
| Veranstaltungsort                     | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren<br>Mittelstr. 1-3, 49733 Haren (Ems) |
|                                       | Rollstuhlgerecht                                                                       |
| Ansprechpartnerin/<br>Ansprechpartner | Margret Korte                                                                          |

## Alle Termine

| Datum      | Uhrzeit           | Ort                                               |
|------------|-------------------|---------------------------------------------------|
| 28.10.2025 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 04.11.2025 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 11.11.2025 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 18.11.2025 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 25.11.2025 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 02.12.2025 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 09.12.2025 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 16.12.2025 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 06.01.2026 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 13.01.2026 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |
| 20.01.2026 | 16:00 - 16:30 Uhr | Hallenbad des Seniorenzentrums St. Martinus Haren |