

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.	96-605 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Birgit Schulte
Daten und Kosten	Freitag, 15.08.2025, 17:00 - 17:45 Uhr
	37,40 Euro zzgl. Eintritt
Veranstaltungsort	Hallenbad Twist-Mitte Am Hallenbad 1, 49767 Twist
	Nicht rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Margret Korte

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
15.08.2025	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
22.08.2025	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
29.08.2025	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
05.09.2025	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
12.09.2025	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
19.09.2025	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
26.09.2025	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte
10.10.2025	17:00 - 17:45 Uhr	Hallenbad Twist-Mitte