

# Aquajogging

Kursnummer 26S241513

Beginn Montag, 05.01.2026, 15:30 - 16:30 Uhr

Dauer 22 Termin(e)

Ort Stadionbad, Bahn

Dozent Heidrun Fuhrmann-Kappen

Kursentgelt 238,00 €

Das Gelenk schonende Bewegungsprogramm im Wasser zielt auf die Verbesserung der muskulären und konditionellen Fähigkeiten ab. Mit Hilfe eines Auftriebsgürtels wird in die Lauftechnik eingeführt. Das Bewegungsprogramm eignet sich auch für Personen mit Gelenkproblemen und ungeübte Schwimmerinnen und Schwimmer. Der Schwimmbadeintritt ist fester Bestandteil des Gesamtpreises.

## Kurstermine

### Datum Uhrzeit Ort

05.01.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

12.01.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

19.01.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

26.01.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

02.02.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

09.02.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

23.02.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

02.03.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

09.03.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

16.03.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

23.03.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

13.04.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

20.04.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

27.04.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

04.05.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

11.05.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

18.05.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

01.06.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

08.06.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

15.06.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

22.06.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

29.06.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

[zur Kursdetail-Seite](#)

---

# Aquajogging

Kursnummer 26S241513

Beginn Montag, 05.01.2026, 15:30 - 16:30 Uhr

Dauer 22 Termin(e)

Ort Stadionbad, Bahn

Dozent Heidrun Fuhrmann-Kappen

Kursentgelt 238,00 €

---

[zur Kursdetail-Seite](#)