

# 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](#)