

# Aquajogging

---

Kursnummer 26S241515

---

Beginn Montag, 21.09.2026, 15:30 - 16:30 Uhr

---

Dauer 14 Termin(e)

---

Ort Stadionbad, Bahn

---

Dozent Heidrun Fuhrmann-Kappen

---

Kursentgelt 185,00 €

---

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

---

21.09.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

28.09.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

05.10.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

12.10.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

19.10.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

26.10.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

02.11.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

09.11.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

16.11.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

23.11.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

30.11.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

07.12.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

14.12.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

21.12.2026 15:30 - 16:30 Uhr Stadionbad, Bahn

---

[zur Kursdetail-Seite](#)