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.Der Kurs findet im tiefen Wasser statt.. 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