



Aquajogging-Kurs im Gmünder Hallenbad

Der Kurs eignet sich für Jedermann/-frau. Das Leistungsniveau wird individuell angepasst, wobei mit Musik und Spaß in der Gruppe besonders die gelenkschonende Funktion des Wassers und die verstärkte Fettverbrennung ausgenutzt wird. Zum Einsatz kommen auch diverse Hilfsmittel, die zu einer Intensivierung der Übungen beitragen. Der Aquajogging-Kurs findet im Sportbecken statt.

Der Kurs wird vom erfahrenen Fachpersonal der Bäderbetriebe Schwäbisch Gmünd durchgeführt.

Kursdauer:	10 Kursstunden zu je 45 Minuten
Kurstag:	Freitag 20:00-20:45 Uhr
Kursblöcke:	Block I 23. September 2011 bis 25. November 2011 Block II 2. Dezember 2011 bis 10. Februar 2012 Block III 17. Februar 2012 bis 27. April 2012 Block IV 11. Mai 2012 bis 13. Juli 2012
Teilnehmer:	Jederafrau / Jedermann
Kosten:	41 Euro zuzüglich Eintrittspreis für den Erwachsenen

Anmeldungen sind ab sofort möglich. Persönlich an der Kasse im Gmünder Hallenbad, telefonisch unter (07171) 92715-32 oder über unser Online-Anmeldeformular. Die Anmeldungen werden der Reihenfolge nach angenommen.

Unsere Empfehlung:

Der Kauf einer Geldwertkarte bietet Ihnen Preisvorteile.