

## BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

---

### AQUA-GYM

Kursnummer: 240205

---

Ort: AZ Dalbehof, Dalbehof Bahn 2  
Adresse:  
Kapellenstrasse 17  
4052 Basel

---

Lerninhalt: **Aqua-Gym** ist ein Kurs mit Musik. Gezieltes Gehen, Laufen, Hüpfen, aber auch Kräftigen und Dehnen der Muskulatur werden im brusttiefen Wasser bei 32°C geübt und sorgen für ein **physisches und psychisches Wohlbefinden**. Die abwechslungsreiche Kursgestaltung sorgt für Spass und Motivation.

Aqua-Gym eignet sich für jung und alt, speziell auch für Nichtschwimmer, Wasserungeübte und Übergewichtige sowie zur Vorbeugung degenerativer Abnützungserscheinungen.

**Im Aqua-Gym erhalten Sie ein 10er-Abonnement.**

**Ein Eintritt ist jederzeit möglich.**

Haben Sie noch Fragen, dann zögern Sie nicht uns zu [kontaktieren!](#)

---

Trainer: Sandra Studer und Salome Schärer-Knechtli

---

Kursniveau:

---

Bemerkung:

---

Kosten: 240.00 CHF

---

detaillierte Lektionen: 21

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	30.04.2024	12:30 - 13:15
	07.05.2024	12:30 - 13:15
	14.05.2024	12:30 - 13:15
	21.05.2024	12:30 - 13:15

---

28.05.2024	12:30 - 13:15
04.06.2024	12:30 - 13:15
11.06.2024	12:30 - 13:15
18.06.2024	12:30 - 13:15
25.06.2024	12:30 - 13:15

---