Schwimmschule -Knechtli.ch
Alles Andere als Trockenübungen

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

AQUA-GYM

Kursnummer: 240201

Ort:	AZ Weiherweg , Bahn 1 Adresse: Rudolfstr. 43 4054 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:	Regula Saner
Kursniveau:	
Bemerkung:	
Kosten:	240.00 CHF
detaillierte Termine:	Lektionen: 20 Datum — Uhrzeiten 06.05.2024 — 11:00 - 11:45 13.05.2024 — 11:00 - 11:45 27.05.2024 — 11:00 - 11:45 03.06.2024 — 11:00 - 11:45

Schwimmschule
-Knechtli.ch
Alles Andere als Trockenübungen

10.06.2024	11:00 - 11:45
17.06.2024	11:00 - 11:45
24.06.2024	11:00 - 11:45