

## BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

---

### AQUA-GYM

Kursnummer: 180206

---

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: Simone Annina Dirr und Monika Steiger Schmid und Sandra Porfirio und Anne Hersperger

---

Kursniveau:

---

Bemerkung:

---

Kosten: 240.00 CHF

---

detaillierte Lektionen: 75

Termine: Datum            Uhrzeiten  
keine  
Termine  
vorhanden

---

