

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

AQUA-GYM

Kursnummer: 240202

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 Lektionen: 20

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	29.04.2024	11:45 - 12:30
	06.05.2024	11:45 - 12:30
	13.05.2024	11:45 - 12:30
	27.05.2024	11:45 - 12:30

03.06.2024	11:45 - 12:30
10.06.2024	11:45 - 12:30
17.06.2024	11:45 - 12:30
24.06.2024	11:45 - 12:30
