

## BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

## **AQUA-GYM**

Kursnummer: 251224

Ort: Rialto, Kursschwimmbecken Bahn 2

Adresse:
Birsigstrasse 45

Birsigstrasse 45 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.

Aqua-Gym Kurse werden quartalsweise abgerechnet. Sie bezahlen 4 Lektionen akonto und erhalten am Ende des Quartals eine Endabrechnung über die besuchten Lektionen.

Ein Eintritt ist jederzeit möglich.

Haben Sie noch Fragen, dann zögern Sie nicht uns zu kontaktieren!

| Trainer:                 | Sandra Studer                 |                  |
|--------------------------|-------------------------------|------------------|
| Kursniveau:              |                               |                  |
| Bemerkung:               |                               |                  |
| Kosten:                  | 892.50 CHF                    |                  |
|                          | Lektionen: 35                 |                  |
| detaillierte             | Lektionen: 35                 |                  |
| detaillierte<br>Termine: | <u>Lektionen: 35</u><br>Datum | <u>Uhrzeiten</u> |
|                          |                               |                  |

