

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

AQUA-GYM

Kursnummer: 220205

Ort: Rialto, Lehrschwimmbecken Bahn 1
Adresse:
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.

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

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 170.00 CHF

detaillierte Lektionen: 13

Termine: Datum Uhrzeiten
keine
Termine
vorhanden
