Schwimmschule -Knechtli.ch
Alles Andere als Trockenübungen

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

AQUA-GYM

Kursnummer: 190203

Ort:	Rialto, Lehrschwimmbecken Bahn 3 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:	Lena Rohrbach und Anne Hersperger
Kursniveau:	
Bemerkung:	
Kosten:	240.00 CHF
detaillierte Termine:	Lektionen: 14 Datum Uhrzeiten keine Termine vorhanden