

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

AQUA-GYM

Kursnummer: 230205

Ort:	AZ Dalbehof, Dalbehof Bahn 1
Adresse:	Kapellenstrasse 17 4052 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:	240.00 CHF
detaillierte Termine:	<u>Lektionen: 39</u> Datum Uhrzeiten keine Termine

vorhanden

Alles Andere als Trockenübungen