

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

AQUA-GYM

Kursnummer: 251229

Ort: Rialto, Kursschwimmbecken Bahn 3

Adresse:
Birsigstrasse 45

4054 Basel

Lerninhalt: Aqua-Gv

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:	Knechtli1 Tea	am und Andrea Mäder
Kursniveau:		
Bemerkung:		
Kosten:	357.00 CHF	
detaillierte	Lektionen: 14	4
detaillierte Termine:	<u>Lektionen: 14</u> Datum	4 Uhrzeiten
	_	



Milouitiiioii		
Alles Andere als Trockenübungen	19:50 - 20:35	20.11.2025
	19:50 - 20:35	27.11.2025
	19:50 - 20:35	04.12.2025
	19:50 - 20:35	11.12.2025
	19:50 - 20:35	18.12.2025