

BESCHREIBUNG KURSANGEBOT:

AQUA-GYM

Kursnummer: 240202

Ort: AZ Weiherweg , Bahn 1
Adresse:
Rudolfstr. 43
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: Regula Saner

Kursniveau:

Bemerkung:

Kosten: 250.00 CHF

detaillierte Lektionen: 37

Termine:	Datum	Uhrzeiten
	27.05.2024	11:45 - 12:30
	03.06.2024	11:45 - 12:30
	10.06.2024	11:45 - 12:30
	17.06.2024	11:45 - 12:30

24.06.2024	11:45 - 12:30
12.08.2024	11:45 - 12:30
19.08.2024	11:45 - 12:30
26.08.2024	11:45 - 12:30
02.09.2024	11:45 - 12:30
09.09.2024	11:45 - 12:30
16.09.2024	11:45 - 12:30
23.09.2024	11:45 - 12:30
14.10.2024	11:45 - 12:30
21.10.2024	11:45 - 12:30
28.10.2024	11:45 - 12:30
04.11.2024	11:45 - 12:30
11.11.2024	11:45 - 12:30
18.11.2024	11:45 - 12:30
25.11.2024	11:45 - 12:30
02.12.2024	11:45 - 12:30
09.12.2024	11:45 - 12:30
16.12.2024	11:45 - 12:30
