

V3202 Aquatic Fitness - Vorbeugen mit Freude

Beginn	Donnerstag, 09.10.2025, 15:00 - 15:45 Uhr
Kursgebühr	80,10 €
Dauer	9x
Kursleitung	Gabriele Schinko
Informationen	Badeschuhe, 1,- oder 2,-€ Pfandgeld für Umkleidespinde.
Kursort	, Adalbert-Stifter-Str. 17a, 83301 Traunreut

Aquatic Fitness verbindet ein gesundheitsförderndes Herz-Kreislauf-Training mit der Straffung und Kräftigung der großen Muskelpartien. Bei flotter Musik bewegen Sie sich im Wasser und arbeiten auch mit verschiedenen Geräten. Personen mit Bluthochdruck sollten vorher Rücksprache mit ihrem Arzt halten! In der Kursgebühr ist die Benutzung des Bades während des Kurses enthalten. Treffpunkt ist 15 Minuten vorher.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
09.10.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
16.10.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
23.10.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
30.10.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
13.11.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
20.11.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
27.11.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
04.12.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
11.12.2025	15:00 - 15:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut

[zur Kursdetail-Seite](#)