

V3205 Aquatic Fitness - Vorbeugen mit Freude

Beginn	Mittwoch, 08.10.2025, 13:30 - 14:15 Uhr
Kursgebühr	89,00 €
Dauer	10x
Kursleitung	Manuela Unzeitig
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
08.10.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
15.10.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
22.10.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
29.10.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
12.11.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
19.11.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
26.11.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
03.12.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
10.12.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
17.12.2025	13:30 - 14:15 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut

[zur Kursdetail-Seite](#)