

V3207 Aquatic Fitness - Vorbeugen mit Freude

Beginn	Freitag, 10.10.2025, 13:00 - 13:45 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
10.10.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
17.10.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
24.10.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
31.10.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
14.11.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
21.11.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
28.11.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
05.12.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
12.12.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut
19.12.2025	13:00 - 13:45 Uhr	Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut

[zur Kursdetail-Seite](#)