

W3209C Aquatic Fitness - Vorbeugen mit Freude

Beginn	Mittwoch, 05.08.2026, 09:15 - 10:00 Uhr
Kursgebühr	27,00 €
Dauer	3x
Kursleitung	Manuela Unzeitig
Informationen	Badeschuhe, 1,- oder 2,-€ Pfandgeld für Umkleidespinde.
Kursort	, Jahnstr. 10, 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
05.08.2026	09:15 - 10:00 Uhr	Franz-Haberlander-Freibad, Jahnstr. 10, Traunreut
12.08.2026	09:15 - 10:00 Uhr	Franz-Haberlander-Freibad, Jahnstr. 10, Traunreut
19.08.2026	09:15 - 10:00 Uhr	Franz-Haberlander-Freibad, Jahnstr. 10, Traunreut

[zur Kursdetail-Seite](#)