

## X3205 Aquatic Fitness - Vorbeugen mit Freude

|               |                                                         |
|---------------|---------------------------------------------------------|
| Beginn        | Mittwoch, 07.10.2026, 13:30 - 14:15 Uhr                 |
| Kursgebühr    | 93,00 €                                                 |
| 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                                               |
|------------|-------------------|---------------------------------------------------|
| 07.10.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 14.10.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 21.10.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 28.10.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 11.11.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 18.11.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 25.11.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 02.12.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 09.12.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |
| 16.12.2026 | 13:30 - 14:15 Uhr | Hallenbad, Adalbert-Stifter-Straße 17a, Traunreut |

[zur Kursdetail-Seite](#)