



Aqua-Fitness

KURS / WORKSHOP

Durch Aquafitness trainieren Sie Ihren Körper gelenkschonend. Die Inhalte dieser Kurse bestehen aus einem Mix aus Aquajogging und vielfältigen Formen der Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser. Trainiert werden dabei vor allem Kraft, Ausdauer und Koordination. Als Hilfsmittel und Trainingsgeräte werden dabei je nach Inhalt Aquajogging-Gürtel, Bretter, Schwimnudeln, Handschuhe oder Disks verwendet. Dieses Angebot eignet sich auch für Schwangere oder nach Geburt (nach ärztlicher Absprache)

Was?

ART DES ANGEBOTS

Kurs / Workshop

KURSLEITUNG/ANSPRECHPERSON

Jannike Schwampe

LINK ZUM ANGEBOT

[Weiter zum Angebot](#)

ALTER DES KINDES

altersunabhängig

Wann & Wo?

ANGEBOTSTERMIN

Dauerhaftes Angebot

ADRESSE

Hallenbad Liblar

Holzdam 5

50374 Erftstadt

TERMIN(E)

Mittwoch + Donnerstag

Anmeldung

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

LINK ZUR ANMELDUNG

[Weiter zur Anmeldung](#)

KOSTEN DES ANGEBOTS

siehe Internetseite, da aufgrund der Anzahl der Kurseinheiten schwankend

Durchführende Organisation

ADRESSE

Schwimmschule Schwampe
Daimlerstraße 9 50374 Ertstadt

KONTAKTPERSON

Frau Schwampe

EMAIL

info@schwimmschule-schwampe.de

ALLE ANGEBOTE DIESES ANBIETERS

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)
