



Familien Navigator

Aqua-Fitness

Kurs / Workshop

Aqua-Fitness

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

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Jannike Schwampe

Zusätzliche Angebotssprachen

Englisch

Alter des Kindes

altersunabhängig

Wann?

Termin(e)

Mittwoch + Donnerstag

Angebotstermin

Dauerhaftes Angebot

Wo?

Hallenbad Liblar

Holzdam 5
50374 Erftstadt

Anmeldung

Bundesstiftung
Frühe Hilfen 

 Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



Anmeldung erforderlich

Ja

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

siehe Internetseite, da aufgrund der Anzahl der Kurseinheiten schwankend

Durchführende Organisation

Schwimmschule Schwampe

Daimlerstraße 9
50374 Erftstadt

Name Kontaktperson

Frau Schwampe

Telefon

0175/9770000

Email

info@schwimmschule-schwampe.de

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)