

242L73646

Aqua-Fitness

Beginn	Dienstag, 05.11.2024, 16:00 - 17:00 Uhr
--------	---

Kursgebühr	72,00 €
------------	---------

Dauer	12 Termine
-------	------------

Kursleitung	Allison Lossner
-------------	-----------------

Kursort	, Schillerstr. 1, 69226 Nußloch
---------	---------------------------------

Sie lernen verschiedene Fitnessformen im Wasser kennen. Aerobic-elemente wechseln mit Aqua-Jogging, Muskelkräftigung, Gymnastik und Entspannungsteilen ab. Das kombinierte Training im Wasser steigert sowohl das physische als auch das psychische Wohlbefinden. Keine Nichtschwimmer - Schwimmsicherheit ist erforderlich!

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
05.11.2024	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
12.11.2024	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
19.11.2024	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
26.11.2024	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
03.12.2024	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
10.12.2024	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
17.12.2024	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
07.01.2025	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
14.01.2025	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
21.01.2025	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
28.01.2025	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1
04.02.2025	16:00 - 17:00 Uhr	Nußloch, Hallenbad/Festhalle, Schillerstr. 1

[Kurs-Details online ansehen](#)

vhs Südliche Bergstraße e.V.
Ringstr. 1
69168 Wiesloch

Telefon: 06222 / 9296-0

E-Mail: info@vhs-sb.de

Internet: www.vhs-sb.de

Impressum: www.vhs-sb.de/impressum
Datenschutz: www.vhs-sb.de/datenschutz
AGB: www.vhs-sb.de/agb