

## A2609602 Aquafitness

Beginn Mittwoch, 28.01.2026, 18:00 - 19:00 Uhr

Kursgebühr 51,00 € inkl. Badnutzung

Dauer 8 Termine

Kursleitung Ulrich Cilimba

Kursort , Schulstraße 13, 51580 Reichshof- Wildbergerhütte

Auftrieb, Druck und Widerstand des Wassers sind optimal, um Muskeln zu lockern, zu dehnen und zu kräftigen. Der Trainingseffekt im Wasser ist fünfmal höher als bei Trockenübungen.

Erlernen Sie in diesem Aquafitness-Kurs Übungen, die helfen Ihr Körpergefühl zu verbessern und überschüssigen Pfunden zu Leibe zu rücken.

Die Badnutzung ist in der Kursgebühr enthalten.

Bitte beachten Sie, dass das Becken nicht barrierefrei zugänglich ist: Der Ein- und Ausstieg in das Schwimmbecken muss über eine in die Wand eingelassene Treppe erfolgen.

### Termine

Datum Uhrzeit Ort

28.01.2026 18:00 - 19:00 Uhr Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof

04.02.2026 18:00 - 19:00 Uhr Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof

11.02.2026 18:00 - 19:00 Uhr Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof

18.02.2026 18:00 - 19:00 Uhr Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof

25.02.2026 18:00 - 19:00 Uhr Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof

04.03.2026 18:00 - 19:00 Uhr Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof

11.03.2026 18:00 - 19:00 Uhr Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof

18.03.2026 18:00 - 19:00 Uhr Reichshof, Schwimmhalle Wildbergerhütte-Bergerhof