



**SCHWIMMHALLE
ZSCHOPAU**

Lizenzkurse Aquafitness & Aquajogging

Zielgruppe

für alle Fitnessbegeisterte und Gesundheitsbewusste

Kursinhalte

- ✓ Kräftigende Aquagymnastik
- ✓ Ausdauerorientiertes Aquajogging
- ✓ Kräftigungs- und Stabilisationsübungen
- ✓ Verbesserung der Körperhaltung
- ✓ Freude an Bewegung
- ✓ Zertifiziert mit dem Qualitätssiegel

Kurszeit

Wochentags geplante Terminserien
Samstags offener Kurs

Kursdauer

10 Stunden zu je 45 Minuten

Kosten

Selbstzahler
105,00 € (inkl. Eintritt)

Schnell anmelden!

In Zusammenarbeit mit der Bundesärztekammer

**SPORT PRO
GESUNDHEIT**

Zertifiziertes Angebot



Schwimmhalle Zschopau
Launer Ring 9
09405 Zschopau

Tel.: 03725 / 370180
www.schwimmhalle-zschopau.de
info@schwimmhalle-zschopau.de

