

24F-3520 Aquajogging für Frauen und Männer

Beginn	Montag, 08.01.2024, 16:45 - 17:30 Uhr
Kursgebühr	46,00 €
Dauer	19 Nachmittage
Kursleitung	Ruth Klapproth
Kursort	Wassenberg, Auf dem Taubenkamp 2, 41849 Wassenberg

Beim Aqua-Jogging im tiefen Wasser, das mit Hilfe eines speziellen Jogging-Gürtels und Beinschwimmern durchgeführt wird, arbeiten die Teilnehmenden gezielt an ihrer Koordination und Kondition. Der Kurs bietet durch gezielte Übungen ein abwechslungsreiches und effektives Gelenke schonendes Trainingserlebnis. Die benötigten Materialien werden den Teilnehmern gestellt. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, dieser Kurs ist für jeden geeignet, der gerne im Wasser trainiert. Neben dem Teilnehmerentgelt ist das übliche Eintrittsgeld zu entrichten.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
08.01.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
15.01.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
22.01.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
29.01.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
05.02.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
19.02.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
26.02.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
04.03.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
11.03.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
18.03.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
08.04.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
15.04.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
22.04.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
06.05.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
13.05.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
27.05.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
03.06.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
10.06.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
17.06.2024	16:45 - 17:30 Uhr	Parkbad Wassenberg

[zur Kursdetail-Seite](#)