

24F-3521 Aquajogging für Frauen und Männer

Beginn	Mittwoch, 10.01.2024, 15:45 - 16:30 Uhr
Kursgebühr	48,00 €
Dauer	20 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
10.01.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
17.01.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
24.01.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
31.01.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
07.02.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
14.02.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
21.02.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
28.02.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
06.03.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
13.03.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
20.03.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
10.04.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
17.04.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
24.04.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
08.05.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
15.05.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
22.05.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
29.05.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg
05.06.2024	15:45 - 16:30 Uhr	Parkbad Wassenberg

[zur Kursdetail-Seite](#)