



## Aqua-Aerobic-Kurs im Gmünder Hallenbad

Der Kurs eignet sich für Jedermann/-frau. Das Leistungsniveau wird individuell angepasst, wobei mit Musik und Spaß in der Gruppe besonders die gelenkschonende Funktion des Wassers und die verstärkte Fettverbrennung ausgenutzt wird. Zum Einsatz kommen auch diverse Hilfsmittel, die zu einer Intensivierung der Übungen beitragen. Die Aqua-Aerobic-Kurse sind mittwochs um 10:30 Uhr und freitags um 19:00 Uhr im Nichtschwimmerbecken.

Der Kurs wird vom erfahrenen Fachpersonal der Bäderbetriebe Schwäbisch Gmünd durchgeführt.

Kursdauer: 10 Kursstunden zu je 45 Minuten

Kurstag:	Mittwoch	<b>Kurs I</b>	10:30-11:15 Uhr
Kursblöcke:		<b>Block I</b>	21. September 2011 bis 23. November 2011
		<b>Block II</b>	30. November 2011 bis 1. Februar 2012
		<b>Block III</b>	15. Februar 2012 bis 25. April 2012
		<b>Block IV</b>	9. Mai 2012 bis 11. Juli 2012

Kurstag:	Freitag	<b>Kurs II</b>	19:00-19:45 Uhr
Kursblöcke:		<b>Block I</b>	23. September 2011 bis 25. November 2011
		<b>Block II</b>	2. Dezember 2011 bis 10. Februar 2012
		<b>Block III</b>	17. Februar 2012 bis 27. April 2012
		<b>Block IV</b>	11. Mai 2012 bis 13. Juli 2012

Teilnehmer: Jederfrau / Jedermann

Kosten: 41 Euro zuzüglich Eintrittspreis für den Erwachsenen

Anmeldungen sind ab sofort möglich. Persönlich an der Kasse im Gmünder Hallenbad, telefonisch unter (07171) 92715-32 oder über unser Online-Anmeldeformular. Die Anmeldungen werden der Reihenfolge nach angenommen.

### Unsere Empfehlung:

Der Kauf einer Geldwertkarte bietet Ihnen Preisvorteile.